
fl. 1.50 n.c.

Zdravoslovje, tjelovježba, plivanje

Ancel Ivan, Nekoliko rieči o namišljenoj reformi okružnih blagajna — — — — — — —.20
Bancalari D. dr., Krapinske toplice — — — — — — — —.50
Bučar F., Obuka u plivanju. Sa 37 slika — — — — — — —.60
Bučar Fr., Gimn. vježbe s batinama i čunjevima uz češko-hrv.-gimn.-mačilački riečnik — —.80
Dežman I., Liečnička izvješća za praktičnu porabu liečnikovu 1.60
Dežman I. dr. Izabrani spisi. Izabrana zdravoslovna pouka. O liepoti i njegovanju čovječjega tiela kože i kose. O odielu i modi prema liepoti i zdravlju. O liepoti i njegovanju čovječjih očiju, duha i srca. Osim toga: Izabrane pripoviesti i piesme — — 2.—
Domac J. dr., Uputa u farmakognosiu i ujedno komentar farmakog. dielu 2. izdanje hrvatsko-slav. farmakopeje — — 16.—
Tvrdo uvezano — — — 17.20
Gjurkovečki V. dr., Die Pflege des kranken Kindes — — — .40
Gjurkovečki V. dr., Zdravoslovje djeteta. I. dio. O hrani djeteta u prvoj godini — — — — 1.—
II. i III. dio. Njegovanje djetinjega tiela Skrb za duševni razvoj djeteta. Zubi. Cieplienje. Škola. Njega bolest. djeteta 1.—
Gjurkovečki V. dr., Prvi znaci priljepčivih bolesti — — — —.30
Gjurkovečki V. dr., Zavist ili jal prema čovječjem zdravlju —.40
Kaniš li se ženiti? Savjeti i naputci — — — — — — —.30
Klaić F., Njega duševnoga i tielesnoga zdravlja djačeta — —.20
Klaić F., Zdravoslovje u pučkih učiona — — — — — — —.40
Kneipp S., Moje liečenje vodom prokušano kroz više od 35 godina i napisano. da se po njem lieče bolesti i da čuvaš zdravlje. 3. izdanje — — — — — 2.40
Kneipp Seb., Ovako treba da živite. Broširano — — — 3.—
Vezano — — — — — 3.60
König A. V., Prirodno liečenje ili kako ćeš si u svih bolesti sam pomoći vodom, zrakom, dietom i kretnjom — — — — 1.40
Liedbeck, Gimnastika za pučke škole. 224 slike. Vez. — 3.20
Liekopis hrv.-slav. (Pharmacopoea). Ciena — — — —16.—
Lobmayer A. dr., Kolera — —.10
Lobmayer A. dr., Čovjek i njegovo zdravlje sa 46 slika — — 2.—
Lobmayer A. dr., Njega i odgoj djece prvih godina života 1.20
Lobmayer A. dr., Kućni liečnik. Popularno zdravoslovje za svakoga. Sa 153 slike u tekstu i 1 bojadis. »Čovječje tielo« 3.—
Lobmayer, Prianjlistvo — 7.—
Longhino A. dr., Varaždinske toplice — — — — — — 1.—
Longhino A. dr., Warasdin-Töplitz — — — — — — — 1.—
Marković Radovan pl. dr., Upute mladoj majci. Dječja njega. Sadržaj: 1. Trudnoća. 2. Priprava porodjaju. 3. Porodjaj. 4. Babine. 5. Majka kao dojilja. 6. Prvi životni znaci i njegovanje novorodjenčeta. 7. Dojilja. 8. Umjetno odhranjivanje. 9. Njegovanje djeteta koncem prve i zasliednjih godina. 10. Dječje bolesti — — — — — — — 2.—
Mašek H., Sokol. vježbanje 1.—
Naputak za primalje — — —.50
Pelagić V., Veliki stvarni domaci. Narodni učitelj rukovodja za zdrave i bolestne, za stare i mlade, zavoditelje i učitelje za seljake i varošane za kuću i porodicu i u opšte za svakoga **sa 25 slika liekovitih biljaka i prirodnom liečenju hladnom vodom** — — — — — — 5.—
Savjeti za udaju — — — —.30

Seiak N. dr., Kratka sudska medicina -- — — — — — 2.60
Stojanović Spisi za puk. Zdrav. I. i II. dio. a — — — —.20
Tkalčić Ivan Krst., Sumporne Toplice kod Varaždina — —.40
Tomašić I., Gimnastičke igre. Sa 120 slika i napjeva — — 5.—

Gospodarstvo i kućanstvo

Adressenbuch des Grossgrundbesitzes von Kroatien und Slavonien — — — — — — 4.—
Begović, Povrtarstvo. Priručna knjižica za svakoga, koji obradjuje povrtnjak — — — 1.60
Berechnungsbuch zur sofortigen Ermittlung des kubischen Inhaltes behauener und geschnittener Hölzer, Latten und Bretter nach Metermass — — — — 4.—
Broz Kvirin: Kunićarstvo ili naputak o gojenju kunića. Sadržaj: Kunići. Kunićarstvo u nas i drugdje. Korist kunića. Staje za kuniće. Kada treba hraniti. Odgajanje kunića. Tovljenje i ubijanje. Sušenje i učinjanje kože. Pasmine. Bolesti. Kuhinja ili nekoliko načina kako se kunići pripravljaju za jelo — — —.60
Brozović B., Histor. razvitak i znamen. nar. gospodarstva —.50
Broz Kv., Pčelarstvo. Sa 25 slika. Ciena — — — — — — —.40
Cezar, Vinogradarstvo sa 22 slike. Ciena — — — — — — 2.—
Cvetišić K., Kućanstvo za školu i dom — — — — — — 1.50
Cvetišić K., Uputa u krojenje rubenine za školu i dom. Sa 36 crteža i tumač — — — 2.40
Černy, Nauka o podkivanju konjah — — — — — — 2.—
Čordašić F., Poučnik za čuvare šumah i pomoćno osoblje šumarsko. Peto popunjeno i pomnoženo izdanje — — — — 3.—
Čordašić, Uzgoj šumah — 1.60
Drnić M., Ribogojstvo. Sa 17 slika. Ciena — — — — — —.40
Dudan, Izlet u francuzke vinograde — — — — — — 2.—
Erdman R., Temeljni nauci umnoga voćarstva — — — — 2.40
Ettinger J., Leksikon šumarsko-lovački — — — — — — 4.—
Ettinger J., Katekizam za lugare. Ciena — — — — — — —.80
Ettinger J., Hrvatski lovdžija 2.40
Frangeš S., Voćarstvo u Hrvatskoj i Slavoniji — — — — —.40
Gautier E., Preokret u poljodjelstvu — — — — — — 1.20
Heimerl, Uzgoj gospodarskih bilina — — — — — — 1.60
Ibler J., Gospodarsko-šumarska jubilarna izložba — — — 4.—
Jagić I., Živinski liečnik. II. popunjeno izdanje. Liepo u platno uvezano — — — — — 2.40
Kesterčanek. Dendrometrija 1.40
Kesterčanek, Lovstvo. Priruč. za lovce — — — — — 5.50
Kesterčanek, Osnovi nauke računanja vriednosti šumah — 1.—
Kiseljak Nauk o čuvanju šumah. Ciena — — — — — 1.40
Klaić F., Mali stočar — — —.60
Ključ za proučavanje sadržaja punih i djelomično napunjenih bačava — — — — — — 2.—
Kopač, Živadarstvo. Sa 18 sl. —.40
Knjiga za stanarinu. (Zinsbuch). Ciena — — — — — —.30
Körösk*é*ny, Bolesti i neprijatelji vinove loze — — — — —.40
Köröskény Vj. dr., Uputa u ratarstvo i gospodarstvo uz sudjelovanje priznatih hrvat. struč- [illegible] isao dr. Vj. Köröské- [illegible] 00 slika u tekstu i 11 [illegible] tabla U platno uve- [illegible] — — — — — 8.—
[illegible] **Vjek. dr., Svilarstvo.** [illegible] nje. Sa 30 slika —.40

KUĆNI LIEČNIK

POPULARNO

ZDRAVOSLOVJE ZA SVAKOGA

NAPISAO

PROF. DR. ANTUN LOBMAYER

SA 153 SLIKE U TEKSTU I 1 BOJADISANOM „ČOVJEČJE TIELO“

1913

TISAK I NAKLADA KNJIŽARE L. HARTMANA (ST. KUGLI). ZAGREB.

PREDGOVOR.

Na svim poljima znanosti našlo se u svako doba muževa, koji su nastojali, da se njihova znanost po svim slojevima naroda širi, samo znanost o pojavama u čovječjem organizmu držali su do najnovijega doba nješto tajinstvenim, pa ipak nema nijedne znanosti, koja zaslužuje više pažnje i da bude što više svojina svega pučanstva, kao baš poznavanje svoga vlastitoga tiela i njegovih funkcija. Pa ako je znanost moć, to znanost isto toliko vriedi, kao i zdravlje, taj temeljni uvjet valjane djelatnosti i uspješnoga razvitka u životu toli pojedinaca, toli cieloga naroda.

Tko zna, što i kako sve u našem tielu biva, taj će se i bolje čuvati od svega, što njegovom zdravlju škodi, pa tako bolest smatra niečim, što je postalo od prirodnih uzroka, tomu će i liečnik biti čovjekoljubivim i požrtvovnim pomoćnikom u bolesti, da mu opet život i zdravlje vrati.

Pišući ovo djelo, koje je prvo ove vrsti u hrvatskoj književnosti, bila mi je poglavita namjera, da čitaoca poučim i da mu savjetujem, što činiti ima u mnogim manjim neprilikama, kad liečnika nema odmah pri ruci, kao i u slučaju nenadane nesreće, dok liečnik ne prispije. Nisam htjeo, da knjiga nadomjesti liečnika, kad je potreban, niti da uzdrma povjerenje u njega, nego da pouči svakoga, kako će sebi i bolestniku pomoći, dok liečnik ne dodje, te kada i kako da njegove odredbe točno izvršuje.

Odabrao sam leksikalni razpored gradiva, da bude čitaocu sgodnije i lakše naći pojedine članke, a pisao sam, koliko sam više mogao, popularno, da me svatko razumjeti može.

Osjećam i sam, da što šta u ovoj knjizi nema, što bi u nju spadalo, — da je nepodpuna, pa s toga želim, da se ne prosudi sa strogo znan-

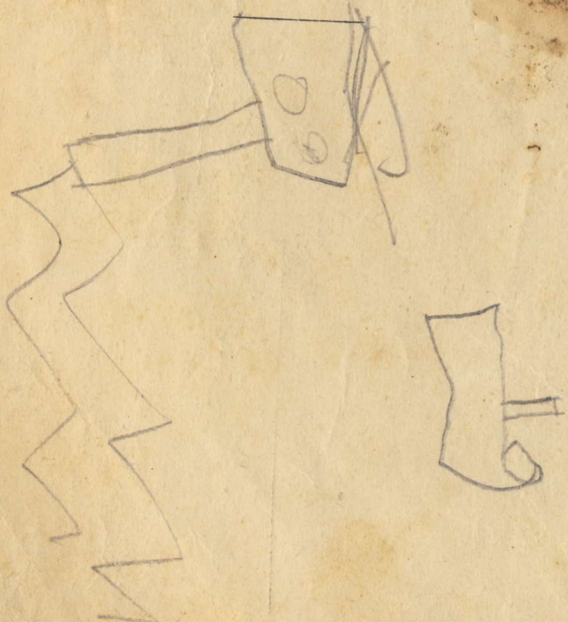
stvenoga i stručnoga gledišta, jer je za nestručnjaka, za laika pisana. Isto tako molim čitatelja, neka ne zamjera, što se je kraj najbolje pažnje podkralo više tiskarskih pogrešaka.

Neka putuje ova knjiga u moj mili hrvatski narod i neka se udomi ondje, gdje je sila velika, a pomoć daleka, — neka bude zdravima dobar prijatelj, a bolestnima vjeran savjetnik i pomagač!

U Zagrebu u ljetu 1899.

Lobmayer.

Gdje je što?



ČOVJEČJE TIELO.

(Vidi bojadisane slike na kraju ove knjige.)

Naša je namjera u ovom opisu osobito neupućenima zorno predočiti sastav čovječjeg tiela, jer zanimanje za oto biva sve veće i veće. Što više se zadnja četvrt našega stoljeća naravoslovnim znanostima posvećuje, to se više opaža, da se u najvažnijoj grani istih, u nauci o sastavu i djelovanju čovječjeg tiela nije skoro ništa učinilo, kako bi se i nestručnjaci u tu nauku bar donekle uputili. Pa ipak ima svatko pravo zahtievati, da barem najvažnije o odnošajima svoga tiela znaš ta često je dovoljno, da znaš, kuda koja žila prolazi, da možeš jednostavnim pritiskom prsta zaustaviti pogibeljan krvotok iz nje.

Ovoj je razpravi svrha, da pomogne doskočiti tim nepovoljnim prilikama.

ČOVJEČJI KOSTUR.

(Sl. II.)

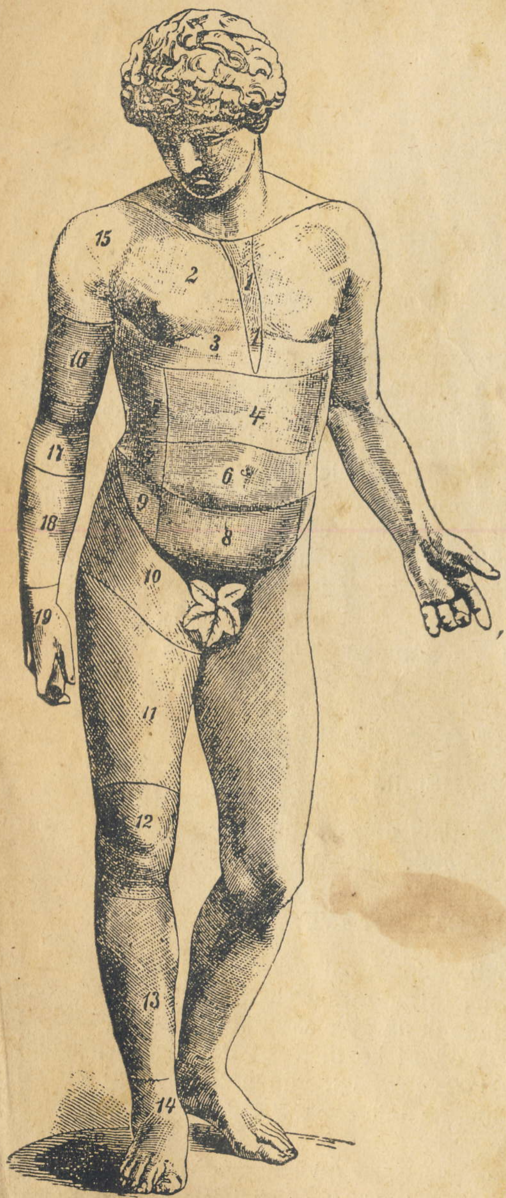
Čvrstu podlogu čovječjem tielu daje kostur njegov. Taj se dieli u kosti glave, trupa, gornjih i dolnjih udova.

a) KOSTI GLAVE.

Glavu sastavljaju 22 kosti, koje su osim doljnje čeljusti sve jedna s drugom čvrsto sastavljene, te zatvaraju šupljine, u kojima se nalaze moždjani i sjetila. Dielimo ih na dvie skupine, koje tvore **lubanju** i **lice**; ona sastoji od 8, ova od 14 kosti. Kosti lubanje su pljosnate, a spojene su medjutim sa izrezuckanim, vijugastim rubovima; gdje se ovakova dva ruba sastaju, nastaje **svez**. Kosti lica primaju medju se oči, usta i njušno sjetilo.

Kosti lubanje jesu: parne **sljepočne** (5) i **tjemenične** (7) kosti; (te se vide sa svoje nutarnje strane (1 i 2) i na slici V); dalje 4 neparne kosti: kost **zatiljača** (slika V 3), **zagvozdača** (slika U 4), **čeona**

ZNANSTVENO NAZIVLJE POJEDINIH PREDJELA TIELA.



Sl. I.

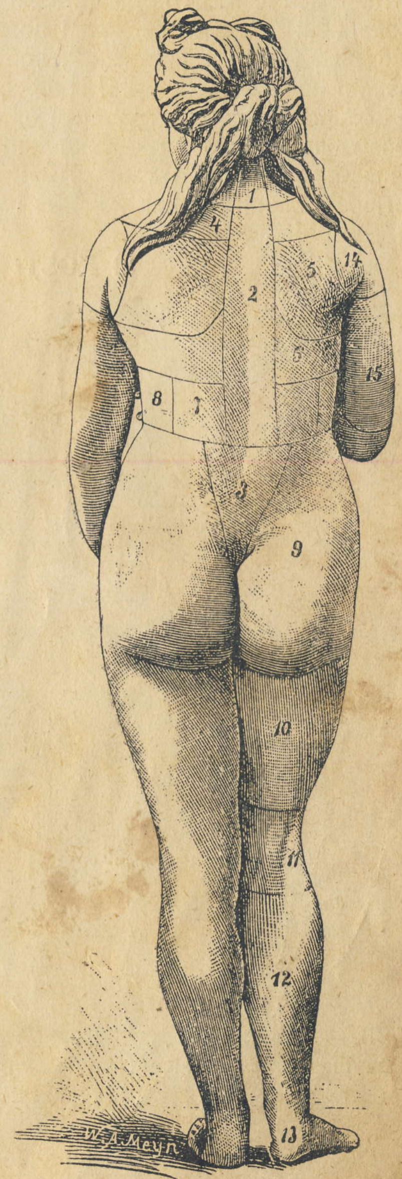
Tielo s prieda.

1. Grudi.
2. Prsište.
3. Mjesto oko dojne bradavke.
4. Nadtrbušje (žličica).
5. Desna rebrana slabina.
6. Opupje.
7. Doljna slabina.
8. Mali trbuh.
9. Dimlje.
10. Pobočno podtrbušje.
11. Bedro.
12. Koljeno.
13. Doljnji gnjat.
14. Nožna grana.
15. Nadpleće (rame).
16. Nadlakat.
17. Lakat.
18. Podlakat.
19. Zapešće.

ZNANSTVENO NAZIVLJE POJEDINIH PREDJELA TIELA.

Tielo od ostrag.

1. Šija.
2. Medjulopatičje.
3. Križa (krsta).
4. Gornje stražnje poreblje.
5. Desno lopatičje.
6. Doljnje stražnje poreblje.
7. Bočica (ledovje).
8. Pobočno potrbušje.
9. Stražnjica (zadnjica).
10. Stražnje bedro.
11. Podkoljenica (pregib koljena)
12. Doljnji gnjat.
13. Peta.
14. Rame (pleće).
15. Nadlakat od ostrag.



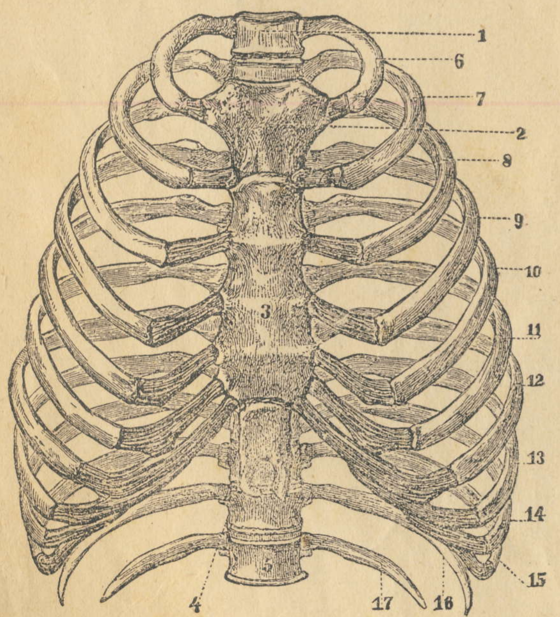
Sl. II.

kost (1) i kost **rešetnica** (8). Ova je ujedno jedan dio nutarnje stienke očne šupljine.

Kosti lica jesu: parne: **gornja čeljust** (2), **obraznica** (6), **nebna kost**, **nosna kost** (4), **kost suznica** i nosna kost **školjnica**; neparne: kost **ralovnica** i **doljnja čeljust** (3), koja je gibivo spojena sa sglobnom čaškom kosti sljepočnice. U šupljice gornje i doljnje čeljusti usadjena su 32 zuba, koji sastoje iz nutra od mekše koštane tvari, dočim su iz vana obliveni vrlo tvrdom zubnom caklovinom: 4 sjekutića, 2 podočnjaka, 4 ličnjaka (svaki sa 2 korjena) i 6 kutnjaka (svaki sa 3 korjena); zadnji kutnjak zove se i zub mudrosti (pozni zub).

b) KOSTI TRUPA.

Kosti trupa jesu: **kralježci**, kost **grudnica** i **rebra**. Svi kralježci zajedno tvore **hrbtenicu**, a ova je temelj trupa. Razlikujemo pako:



Sl. III. — Rebra. — 1. Prvo, grudno rebro. — 2. držak, 3. trup, 4. mačolika nastavina kosti grudnice (ova u dvoje razstavljena); — 6.—17. prvo do dvanaesto rebro.

7 vratnih kralježaka (na slici vide se samo zadnja 3 : 5w—7w; na slici V. prva 3 : 1w—3w); najgornji vratni kralježak glavonoša, (atlas. [1w]), nosi glavu; **12 prsnih kralježaka** (Ia—XIIa) IIIa—XIa ne vide se radi grudnice; i

5 pobočnih kralježaka (II—VI). Izmedju dva i dva kralježka vide se na slici tako zvane medjukralježne sveze, koje sastoje od pruživog hrušća, te koje u savezu sa drugim svezama podaju hrbtenici njezinu gibivost.

Kost grudnica (st) je na prednjoj strani trupa nasuprot hrbtenici. Uz njezine prostrane rubove pripojeni su hruskavi dočetci prvih 7 rebara.

Rebra (1r—12r) su 12 parnih kosti, a smieštena izmedju hrbtenice i grudnice (radi jasnoće su stražnji dielovi samo kod prva 3 rebra predočeni). Svako rebro sastoji od koštanog i hrskavog spojnog diela. Gornjih 7 rebara sižu do grudnice, te se zato zovu **prava rebra**, dočim se daljnjih 5 rebara, **vita ili parebra**, prislanjaju svojim hrskavim krajem o gornju si susjedu (8.—10. rebra ili su prosta (11. i 12. rebro).

c) KOSTI GORNJIH UDOVA.

Gornji udovi sastoje od 4 medjusobno gibivo spojenih dielova, a to su: **rame, nadlaktica, podlaktica** i **ruka.**

Kosti ramena jesu: **ključica** i **lopatica.**

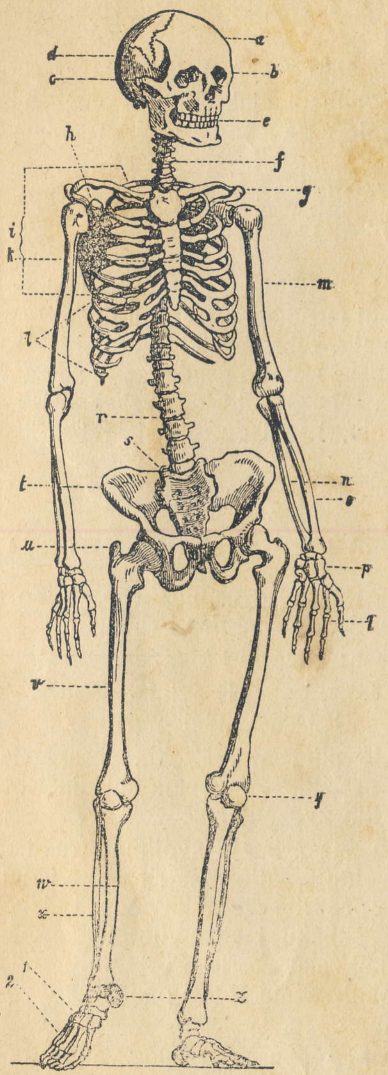
Ključica (el) je jaka, poput S svinuta kost, koja spaja gornje udo sa trupom, t. j. lopaticu sa grudnicom.

Lopatica (sc) je pljosnata, široka, trouglasta kost, prianja uz stražnju površinu prsišta, te se spaja sa ključicom i sa nadlakticom sglobovima i čvrstim zvezama.

Kost nadlaktica (h) pristaje svojim okruglim, odebelim krajem točno u jednu izdubinu lopatice. Nutrina ove izdubine kao i površina okruglog nastavka prekrite su hrskavicom i njekom opnom, koja neprestano odlučuje sklizku i sluzavu tekućinu, koja sve kretnje u sglobu veoma olakšava. Tako je u ostalom u svim sglobovima tiela. Osim toga ih još obuhvaćaju žilave opne, tako zvane sglobne čahure, da se ne premaknu.

Doljnji kraj kosti je poput poprečnog valjka; on tvori sa obje kosti podlaktice **lakteni sglob.** Ove se zovu: kost **laktenica** (re) i kost **palčenica** (r). Njihove doljnje krajeve spajaju opet sglobovi **s rukom.**

Ruku dielimo na: a) **zapešće** (hw), koje sastoji od 8 malenih, u dva poprečna reda poredanih koščica; ove su medjusobno svezane žilavim sponama, te tvore sa doljnjim krajevima kostiju podlaktice **ručni sglob**; b) **pešćaj**, koji sastoji od 5 podulji kosti (mh) i c) **prsti**, od kojih palac ima 2, a ostali prsti, 3 članka.



Sl. IV. — **Kostur.** — a) kost čeonica; b) očno duplje; c) zubi; d) kost zatiljača; e) ulaz u uho; f) vratni kralježci; g) kost ključica; h) k. lopatica; i) grudna rebra; k) k. grudnica; l) vita rebra; m) k. nadlaktica; n) k. laktenica; o) k. palčenica; p) zapešćajne kosti; q) k. pešćajnice; r) bočni kralježci; s) kost krstača; t) kost crievnica; u) vraćalo; v) k. bedrača; w) k. listnjača; x) k. goljenica (cjevanica); y) čašica koljena; z) k. zastoplja; 1. k. zastoplja; 2. k. stopaljnice i nožni prsti.

d) KOSTI DOLJNJIH UDOVA.

Ovamo brojimo **kuk, bedro, goljen** i **stopalo.**

Kukovi (p) primaju sa svojim gornjih, stražnjim dielovima **krstaču** (kr) i njezin nastavak **trticu** (st) medju se i tvore s ovima **bedreni pâs,** u kojem se nalazi utroba. Svaki kuk ima sa svoje vanjske strane **sglobnu čašicu,** koja obuhvaća **oglavak bedrače** (cf).

Jaka kost **bedrače** (f), koje gornji krajnji dio sa srednjim dielom kut tvori, te na tako zvanom vratu **oglavak** (cf) nosi, ima na svom doljnjem kraju dva, djelomice hrskavicom presvučena čvora. S ovima spojene su kosti goljena **goljenica** i **listnjača** u sglob, koji se zove **koljeno.** Za njegovo pojačanje i zaštitu smještena je sprieda omanja, okrugla kost **iver** (čašica).

Doljnji kraj goljenice svršava sa debelim nutarnjim gležnjem, dočim listnjača tvori vanjski gležanj. Izmedju obadva gležnja usadjeno je **zastoplje,** koje ima 7 kosti, te ovako spaja stopalo sa goljenom. Najstražnja i najveća od tih kosti je **petnica,** a najgornja je **skočnica,** koja tvori sa kostima goljena **nožni sglob.** Na zastoplje reda u 5 kosti **stoplja,** a s ovima spojeni su **nožni prsti,** od kojih svaki ima 3 članka osim nožnog palca, koji ima sâmo 2 članka.

MIŠIČJE.

(Slika III. i IV.)

Mišice zovemo obično mesom; njima se krećemo i gibamo. Pod uplivom živaca, što kroz njih prolaze, one se po našoj volji stežu i pružaju. Svaka mišica sastoji od pojedinih mesnatih snopića, od kojih je svaki umotan u bielu opnicu; na kraju svršava mišica **tetivom,** koja je za kost prirasla. Pošto mišice mnogo rade te uslied toga i svoje gradivo brzo troše, za to su obilno izprepredene mezgovnim žilama, kucavicama, i krvicama, koje iztrošeno gradivo odvadjaju, a u zamjenu nove hranive tvari dovode. Mišice naliče ponajviše zašiljenim snopovima, a njekoje su pljosnate, široke, kao n. pr. one na prsima, trbuhu i ledjima. Ponajviše su složene u slojeve. Jedan dio mišičja vidi se na slikama III. i IV.

MIŠICE LICA I GLAVE.

Mišice lica služe nam dvojako: u jednu ruku nastaju njihovim gibanjem izražaji lica, kao smieh, plač, srčba, radost itd., a u drugu ruku kreću one ustima, vedjama, nosnicama itd. Mišice glave kreću njezinom kožom. Tu spominjemo osobito **čeonu mišicu** (III. 2), koja čelo mršti, **sljepočnu mišicu** (III. 1.), koja spuštenu doljnju čeljust pri-

teže i tako žvakanje proizvadja, **zaklopnica vedja** (3), **dizalica gornje ustne i ustnog kuta** (4), mišica **potezalja doljnje ustne** (5) itd.

Od vratnih mišica najvažnija je snažna **klimalica glave** (6), koja glavom klima; ako samo s jedne strane djeluje, onda okreće glavu na protivnu stranu. Još se jedna mišica ovdje vidi (III. 7), koja ne spada k vratnim mišicama, a to je **kukuljača,** koja lopaticom kreće.

Grudne mišice leže u trim slojevima jedna povrh druge. Na slici III. vidimo **veliku grudnu mišicu** (9). Omašna ova mišica proteže se od prednje strane prsišta prema nadlaktici, te tvori prednju stienku pazuha; ona je trouglasta, te priteže nadlakticu grudima; o tom se može svatko na sebi osvjedočiti.

Od drugog sloja vidimo na slici IV. **malu grudnu mišicu** (1). Ona privlači rame, a diže rebra; dalje **veliku zubčastu mišicu** (IV. 2 i III. 10); ona počima sa 8 do 9 šiljastih parožaka (zubaca, odakle joj i ime) na gornjim 8 do 9 rebrima, te je prirasla o nutarnji rub lopatice. Ona vuče lopaticu napried, te je pritiskuje o grudište.

U trećem sloju su **vanjske i nutarnje medjurebrene mišice** (IV. 3 i 4), koje izpunjuju 11 medjurebrenih prostora (t. j. prostora, koji su izmedju rebra); vanjske idu koso van i dolje, a nutarnje koso unutar i dolje; pridižući i udaljujući jedno rebro od drugog podržavaju ove mišice udisanje.

MIŠICE RAMENA.

Najvažnija od njih je **ramenuša** (III. 8), koja je o nadlakticu prirasla te ovu diže, o čem se svatko na sebi osvjedočiti može.

NADLAKTICA.

Na prednjoj strani nadlaktice nalazi se jaka **mišica dvoglavka** (IV. 5), koja sa dvie glave na lopatici počima, a svršava na palčenici (III. 13) u dubini laktenog sgloba. Ona je najkrepča od mišica, koje lakat prigibaju; od njezine snage i uvježbanosti ovisi u prvom redu i snaga gornjeg uda.

Izpod ove nalazi se nutarnja ramenična mišica koja takodjer lakat prigiba (IV. 6). Na stražnjoj strani nadlaktice djeluju najviše **pružne mišice,** od kojih ćeš najvažniju troglavu pruživu mišicu lahko na sebi opipati, kad lakat pružiš.

PODLAKTICA.

Ovdje leže mišice u tri sloja. One, koje su na slici III. skupnim brojem 14 označene, povraćaju podlakticu u nutar i pregibaju svojim tetivama (III. 15) ruku. **Površna pregibnica prstiju** sačinjava drugi

sloj (IV. 7). Mesnati dio te mišice, dieli se u 4 vretenaste uzice, koje onda kao tetive izpod široke i žilave **zapestne sveze** (III., H i IV. H) prema dlanu ide, te se na 2. članku prstiju (IV. 8) (izuzevši palac) usadjuju, i prste pregibaju. Izpod ove mišice nalazi se u 3. sloju **skrovita pregibnica prstiju,** koja se na zadnjim člancima spomenutih prsti usadjuje te ih prigiba. Palac ima svoje vlastite pregibnice. Ovaj i mezimac imadu osim toga još i u dlanu svoje posebne mišice.

TRBUŠNE MIŠICE.

Mesnata potrbušina sastoji od dugih i širokih mišica. Duge nalaze se sprieda, a široke sa strane i straga. Od dugih mišica vidimo na slici IV. 11, a **okomitu trbušnu mišicu** u poprečnom prorezu. Nju obuhvaća jaka i žilava opna, od koje se stražnji dio vidi na slici IV. 11; ova svršava sa polumjesečastim rubom, koji se takodjer na slici vidi. S prieda su u ovu opnu upletena 3 poprečna tetivasta prutka (III. 12). Široke mišice jesu: **vanjska kosa trbušna mišica** (III. 11), koja se sa svojim gornjim vlaknastim snopićima izprepliće sa doljnjim parožcima velike zubčaste mišice (III. 10). Pod njom leži **nutarnja kosa trbušna mišica,** koja se na slici ne vidi. Napokon sliedi **poprečna trbušna mišica** (IV. 10); ova i prijašnja prelaze djelomice u gore opisanu opnu okomite trbušne mišice.

BEDRO.

Mišice, što se na slici III. 16. vide, okreću bedro unutar i pružaju ga. Pružne mišice sastaju se na iveru u čvrstom zajedničkom tetivu. Mišice 2. sloja (slika IV. 9) privlače i približuju oba bedra jedno k drugomu.

GOLJEN.

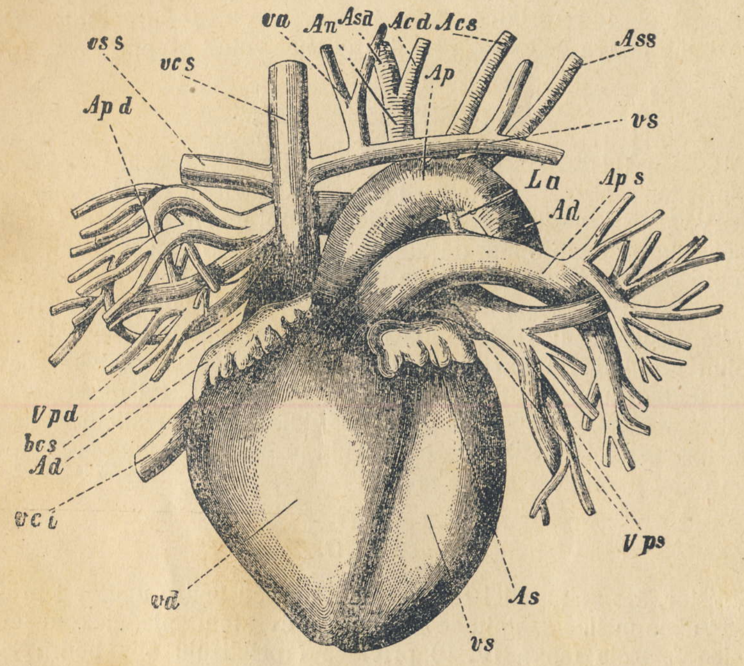
Ovdje vidimo **prednju mišicu goljenice,** koja stopalo pregiba, **dugu pružnu mišicu nožnog palca, dugu zajedničku pružnu mišicu prstiju, dugu i kratku mišicu listnjaču,** koje stopalo pružaju. Od stražnjih mišica goljena, koje u dva sloja leže, vidimo gornji sloj: **dvoglavu mišicu lista** (prerezanu), **veću mišicu petanjka i dugu mišicu listnjaču,** koju smo već s prieda vidili sve tri pružaju stopalo.

SRCE I ŽILJE.

(Slika I. i V.)

U lievoj polovici grudne utline izmedju pluća leži srce a obuhvaća ga posebna opna, **osrdačje.** Pregradom razdieljeno je srce iz nutra

na dvie polovice, lievu i desnu, koje medju sobom nisu spojene. Vanjske stienke srca sastoje od čvrstih mišica, koje se u pravilnim hipovima stežu i raztežu. Svaka polovica sastoji od manjeg i većeg odjela, od **pridvorka** i **klietke.** Na slici V. je srce, da se iz nutra vidi, dva



Sl. V. — Srce i njegovo žilje. — vd) desna klietka; — vs) lieva klietka; — Ad) desni, — As lievi pridvorak; — vcs, vss, v) gornja velja žila; — vci) doljnja velja žila; —Apd) desna plućna žila kucavica; — Aps) lieva plućna žila kucavica; — Ap) velika ž. kucavica (Aorta); — Ap) bezimena ž. kucavica; — Acd) zajednička d. vratna ž. kucavica; — Asd) d. podključna ž. kucavica; — Acs) lieva zajednička vratna ž. kucavica; — Ass) lieva podključna ž. kucavica; La) oblučna sveza; — Ad) silazna grana velike ž. kucavice; — Vpd) desna plućna žila krvica; — Vps) lieva plućna žila krvica.

puta po dužini prorezano te su desni pridvorak i klietka označeni sa r V i r K, a lievi sa l V i l K. Svaki pridvorak ima još privjesak, koga uškom zovemo; ušku desnog (r O) pridvorka vidimo na slici I.

Djelovanje srca sastoji u tom, da se ono po prilici 60 puta u času stisne i razširi. Kad se razširi, prima krv u sebe, a kad se stisne, tjera opet na polje. Iz lieve slietke šiklja krv najprije u **veliku kucavicu,** tako zvanu **Aortu,** (A). Ova se dieli na tri manje kucavice, jednu desnu, tako zvanu bezimenu kucavicu i 2 lieve **zajedničku vratnu** (C)

i **podključnu kucavicu** (A s). Bezimena kucavica, koje na slici ne vidimo, dieli se na **desnu** C i **lievu** As.

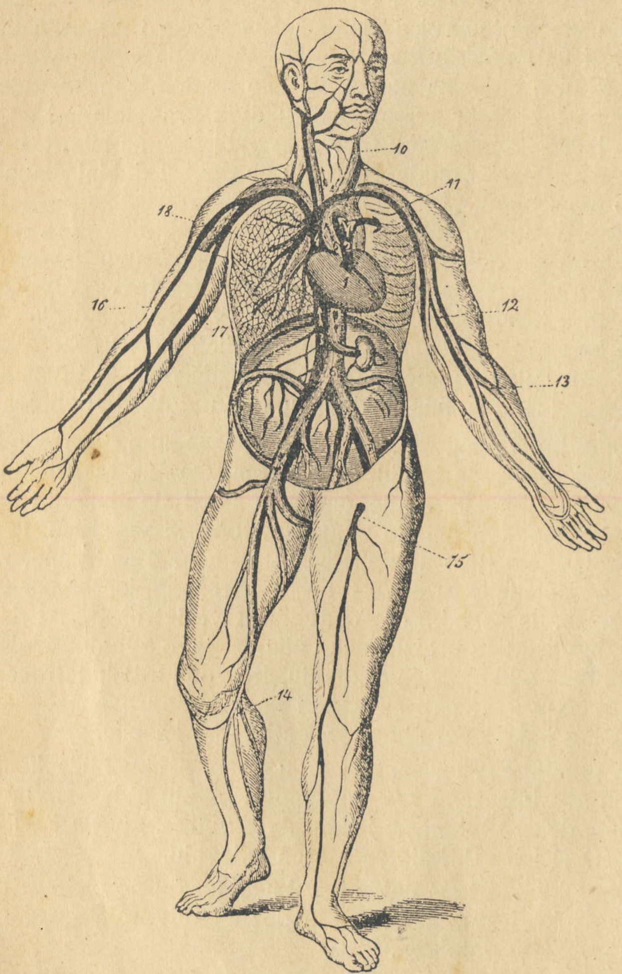
Svaka vratna kucavica dieli se na **vanjsku** i **nutarnju ličnu kucavicu** (Ce i Ci); podključna kucavica nastavlja se u pazuho kao **pazušna** (A a), a dalje na nadlaktici kao **nadlaktična kucavica** (A br), koja se na laktenom sglobu dieli u dvie grane: jedna za laktenicu (A u), a jedna za palčenicu (A r). Na ovoj pipa se bilo, t. j. krvni val, koji iz srca dolazi. Obadvie sastaju se opet u dubini dlana, te tvore zajedno dlani obluk (Arc), iz kojeg onda proizlaze grančice za pojedine prste. Vratimo se sada k Aorti (A). Pošto se gore napomenute kucavice od nje odieliše, približuje se u polukrugu hrbtenici, prolazi sada duž ove kroz prsište kao **grudna aorta** (slika V), a dalje, prošavši ošit, u trbuhu kao **trbušna aorta** (V). Tu se od nje diele kucavice za **bubrege** (I. Na), a napokon se dieli na 2 velike **obće crievne kucavice** (A i); svaka dieli se opet u **zdjeličnu** (A h) i **nožnu kucavicu** (A f). Ona se razgranjuje u zdjelištu, a ova dovadja doljnjem udu krv.

Svim ovim žilama, na slici crveno označenim, teče svjetlo-crvena krv, koja kod ozleda iz njih u vis štrca. One se razgranjuju, postaju kraj toga sve manje i manje, dolaze u najsitnije dielove i kutiće tiela, te prelaze napokon u tako zvane **kapilare** ili **vlasatice.** Iz ovih finih žilica, koje cielo tielo natapljaju, izlaze u krvi sadržane, za tielesna pletiva opredieljene hranive tvari, a iztrošene, izcrpljene tvari ulaze u ove žilice, da se tako opet odvedu. Ove iztrošene tvari teku sada tankim, iz vlasatica proizlazećim žilama, tako zvanim **krvicama,** koje se dakle time od kucavica razlikuju, što vode u tielu iztrošenu, tamnu, modro-crvenu krv, pak su zato i naslici modro označene. Kako se krv troši, a kako opet obnavlja, ćuti ćemo kasnije.

Više manjih krvica sastaje se u veće, a čim bliže k srcu, kamo napokon sva iztrošena krv doći mora, bivaju uviek novim pritocima sve veće, dok napokon ne izadju dvie velike, **gornja i doljnja velika krvica** (O H i U H), koje se u srce izlievaju.

Iz lieve klietke teče dakle krv kucavicama po cielom tielu, a vlasaticama i krvicama vraća se u desni pridvorak. Ovaj obtok krvi zovemo **velikim obtokom.**

Nu što biva sada s ovom kao hranivo više nesposobnom tamnom krvlju, što se u desni pridvorak izlieva? Iz desnog pridvorka dolazi u desnu klietku, a ova je tjera u pluća kroz veliku **plućnu kucavicu** (A p). Ova se dieli na sve manje grančice (slika V.), koje napokon, kao i one kod Aorte, prelaze u vlasatice. Ove protiču kroz najmanje dielove pluća, kroz plućne mjehuriće, te dolaze tako u doticaj sa udisanim zrakom. Iz ovog poprimaju **kisik,** koji je svim pletivima od prieke nužde, a izlučuju onu sastojinu, koja je proizvod tjelesne raztvorbe, naime **ugljičnu kiselinu.** Tako popravljena, okisićena, sad opet



Sl. VI. Žilje. — 1. Srce; — 2. plućna ž. kucavica; — 3. dolinja velika žila; — 4. gornja vel. žila; — 5. Aorta; — 6. Aorta se dieli u dvie crievnične ž. kucavice; — 7. crievna ž. kucavica dieli se u: — 8. bedrovnu ž. kucavicu i u — 9. zdjelištnu ž. kucavicu; — 10. zajednička vratna žila kucavica (Carotis); — 11. podključna ž. kucavica; — 12. nadlaktična ž. kucavica; — 13. dieli se u palčnu i laktenu ž. kucavicu; — 14. čukljana ž. kucavica dieli se u goljeničnu i listnjačnu žilu kucavicu; — 15. velika gnjatna kožna žila krvica; — 16. kožna ž. krvica palčenica i 17. kožna žila krvica laktenica spojene srednjom kožnom žilom krvicom; — 18. žilje u plućima. — Crni potezi su žile, a jasniji ž. kucavice, koje uzpored onima teku.

jasno-crvena krv prelazi iz vlasatica u početke plućnih krvica; ovi se sastaju u sve veće žile, dok se napokon ne izlieva crvena krv kroz 4 plućne krvice (2 sa svake strane) u lievi pridvorak, iz kojeg prelazi u lievu klietku. Ovaj drugi obtok krvi, kod kojeg, protivno velikomu, u kucavicama teče tamno-crvena, a u krvicama jasno-crvena krv, zove se **mali** ili **plućni obtok** krvi (desni pridvorak, desna klietka, pluća, lievi pridvorak, lieva klietka).

Na slici V. vide se razgranjene plućne kucavice Ap, izvor aorte (A) iz lieve klietke (lk), njezine grane, utok velike gornje krvice (OH) u desni pridvorak (rV), izvor plućne kucavice (Ap) iz desne klietke (rk) i utok 4 plućnih krvica (Vp) u lievi pridvorak (lv).

Još nam je o tako zvanim **zalistcima** srca koju reći. Izmedju pridvorka i klietke razapet je u desnoj polovici srdca **trolisti**, a u lievoj **dvolisti zalistak.** Njihova je zadaća, da se zaklope u onom času, kad se klietke stisnu, tako da zatvore klietku od pridvorka, te sada ne može krv natrag u pridvorak nego mora u kucavicu. Na početku obih velikih kucavica nalaze se takodjer zalistci tako zvani **polumjesečasti,** koji zatvaraju kucavice od klietaka, kad su ove krv u žile potjerale.

Dvolisti i trolisti zalistak vide se na slici br. V.

UTROBA.

(Slika V.)

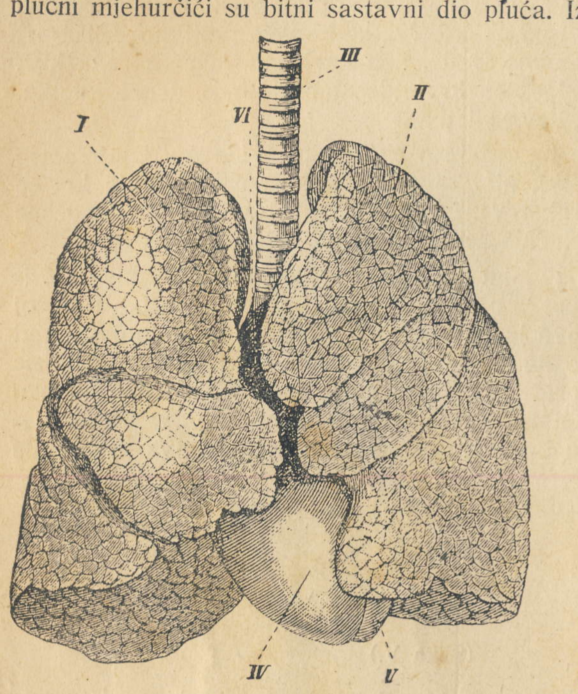
Obje velike utline tiela, grudna i trbušna sadržaju u glavnome ustroje, koji disanju i probavi služe i onda srce, koje smo netom opisali.

GRUDNA UTLINA.

Kako rekosmo, krv se obnavlja kod disanja u plućima izmjenom kisika i ugljične kiseline. Zrak ulazi u pluća ustima i nosom. Najprije dolazi u grkljan (20), koji prema gore veže **prijezična kost** (19) o jezik, a prema dolje nastavlja se u dušnik (22). Grkljan je hrustavi ustroj, te sadržaje dvie glasilnice, koje se kod govora medjusobno približuju i brzim titranjem glas proizvadjaju. Kod disanja se opet razilaze te propuštaju zrak. Kod gutanja prilegne **zaklopac grkljana** o ulaz, da ne bi što od jela ili pila u dušnik uletilo.

Dušnik sastoji od cielog niza hruskavih obručića, te je iz nutra presvučen finom baršunastom opnom **sluznicom.** S prieda je dušnik, a djelomice i grkljan, pokriven **žliezdom štituljom** (21); kad ova nabrekne, nastane guša. U prsištu dieli se dušnik na dva glavna

ogranka: **dušnice** (23); ove se dalje razgranjuju u sve tanje cievčice, dok napokon najfinije od njih svršavaju sa sitnim mjehurčićima. Ovi plućni mjehurčići su bitni sastavni dio pluća. Izmedju pletera malih dušičnih ogranaka razprele su plućne kucavice i krvice svoju mrežu, a vlasatice prilegle su tako o plućne mjehuriće, da mogu lahko medjusobno plinove izmienjivati.



Sl. VII. — Dušnik, srce i naduta pluća s prieda. — I) desno pluće; — II) lievo pluće; — III. dušnik; — IV) desna srčana klietka; — V) lieva srčana klietka; — VI) gornji ostatak s dola skinutog osrdačja.

Pluća (24) sastoje sasvim od opisanog pletera žila i dušnica, leže u prsištu razdieljena na dva krila, desno i lievo, a presvučena su finom opnom **pogrudnicom,** kojom su i rebra sa svoje nutarnje strane obložena; taj dio pogrudnice zove se **porebrica.** Desno krilo pluća sastoji od 3, a lievo od 2 veća režnja.

Izmedju obiju krila leži srce. (Pluća su na slici po dužini razrezana, da se vide razgranci dušnica). Kod udisanja dižu se rebra sa svojim mišicama, ošit (18) se spušta i tako se grudna utlina širi, a zrak može sada unići; kod udisanja biva sve protivno. Zdrav čovjek diše po prilici 16 puta u času.

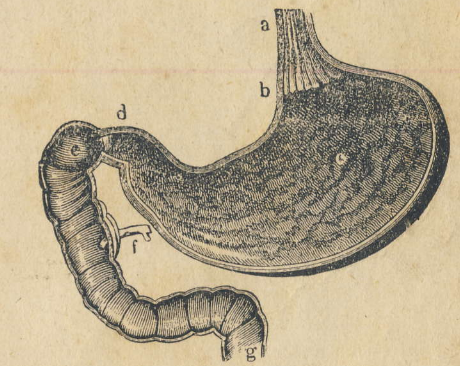
TRBUŠNA UTLINA.

Trbušnu utlinu dieli od grudne utline **ošit** (18), jaka, žilava, djelomice i mesnata koža, koja sa strane izpod kratkih rebara počima, te se onda poput svoda prema gore diže. Kod udisanja spušta se taj svod, tako da se grudna utlina povećaje; kod izdisanja biva protivno. Kroz 3 otvora u ošitu prolaze jednjak, aorta i dolnja velika krvica u trbušnu utlinu. (Na slici V. prerezan je ošit po duljini, da mu se vidi prednja i stražnja površina.)

HRANA I PROBAVA.

Tielo mora da potrošene tvari opet nadomjesti. To biva primanjem hrane, u kojoj su sve tvari sadržane, iz kojih pojedini njegovi dielovi sastoje. To su osim vode osobito onakove, koje sadržaju **mast, bjelančevinu, slador, škrob** i njekoje **soli.**

Hrana se može tako promieniti da može u krv proći, a sve promjene kojima to biva, zovemo **probavom.** Najprije izgrizu i sažvaču zubi hranu, te se tu pomieša sa **slinom,** koju odlučuju slinovne žliezde ustiju. Slinom bivaju zalogaji sklizki, da se laglje progutaju, a osim toga pretvara ova škrobovinu u slador. Kroz **ždrielo** (5) dolazi jelo u **jednjak** (6), kožnatu ciev, koja se duž hrbtenice grudnom utlinom proteže, te kroz ošit u **želudac** prelazi. **Želudac** (7) (na slici po duljini prorezan) leži izpod ošita, nješto više u lievoj polovici tiela, te sastoji od mišičave kože, koja je iz nutra presvučena baršunastom sluznicom punom krvnih žilica. Ova sadržaje bezbroj malenih žliezda, koje **želudačni sok** odlučuju, te vodu i druge tekuće dielove hrane upijaju i već odavle u krv odvadjaju. Želudačni sok sam probavlja osobito bjelančevinu. Ovu, kao i još neprobavljene dielove hrane, osobito mast, tjera želudac poslie njekoliko sati (2—6) njekim crvolikim gibanjem prema svomu izlazu, tako zvanom vrataru, koji vodi u **tanko crievo** (8 i 9). Ovo je u odraslog čovjeka preko 20 stopa dugo, te je u mnogim zavojima složeno u trbušnoj utlini; obavito je pak opnom **potrbušnicom,** a prednji dio te potrbušnice zove se **landrica.** Početak tankog crieva, koji je poput kopita zavit, zove se **dvanaestnik** (8). U nj utiču dva po probavu vrlo važna ustroja: **žučovod jetara** i **trbušna slinovnica.**



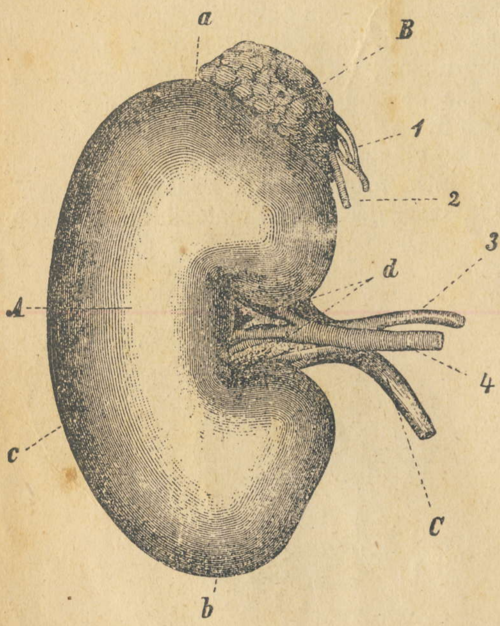
Sl. VIII. — Želudac. — a) jednjak; — b) želudačni ulaz; — c) želudačna utlina; — d) vrata (pylorus); — e) dvanaestnik; — f) ušće trbušne slinovnice; — g) prelaz u tanko crievo.

Jetra (17) su veliki, u pojedine režnjeve razdieljeni ustroj, crvenosmedje boje, koji leži desno izpod ošita, djelomice povrh želudca. U njima se tvori iz krvi **žuč,** smedjo-žuta, gorka tekućina, koja se u žučnom mjehuru (slika V. na stražnjoj površini jetara 17 g) sakuplja, te se izlieva u dvanaestnik, kad kroza nj jelo prolazi. Žuč djeluje osobito kod probave masti.

Trbušna slinovnica (15) je iza želudca smještena, izmedju dvanaestnika i slezene (16); ona odbacuje tekućinu, koja slično djeluje kao i ustna slina, te pretvara one dielove škrobovine, na koje slina još nije djelovala, u taljivi slador.

U **slezeni** (V. 16), koja je s lieve strane želudca izpod ošita smještena, tvore se biela krvna tjelešca, koja onda u krv prolaze.

Nutarnja površina tankog crieva odlučuje takodjer nieku sluz, koja djeluje kao žuč i kao trbušna slina, a osim toga obavija ta sluz neprobavive hrane, da se laglje dalje pomiču. Tanko crievo tjera napried hranivu kašu sa crvolikim gibanjem i stezanjem, koje na želudačnom vrataru počima. Uslied toga dolazi sva nutarnja površina tankog crieva t. j. sluznica u uzki doticaj sa onom kašom. Ta sluznica ima kao i ona u želudcu sijaset sitnih **resica**, koje u nutrinu crieva proviruju. Taj sok, **mezga**, sličan je mlieku. Fine sisalice, **mezgovne žilice**, sabiru se u sve veće grane, te prolaze napokon u široku ciev, koja u grudnoj utlini u lievu podključnu kucavicu utiče. Tako dolaze hranivi sokovi mezga u krv.



Sl. IX. Desni bubreg i pabubrežić s prieda. — A) bubreg; — B) pabubrežić; — C) mokraćnjak; — a) gornji kraj, b) doljni kraj, c) pobočni rb, d) bubrežno vratlo; — 1. i 2. žila kucavica i krvica pabubrežića; — 3. i 4. žila kucavica i krvica bubrega.

Iz tankog crieva prolaze sada hranivi ostatci u **debelo crievo, čmar,** koji ostatke hranivih sokova upija. Čmar se dieli na **uzlazni** (11), **poprečni** (12) i **silazni** dio (13); tamo gdje tanko crievo prelazi u čmar, nastavlja se ovaj prema dolje još u komad crieva, koji je bez izlaza te se zato zove **sliepo** (10) crievo, na kojem je još maleni crvoliki nastavak, **crvuljak.** Tamo ima i kožni zaklopac, koji brani, da hrana ne može natrag u tanko crievo (to se vidi u prerezanom sliepom crievu). Čmar prelazi sa zavojem, koji je slovu S sličan, u **gužnjak** (14a) koji je posledni dio crieva.

Nješto poviše zdjelice leže sa svake strane hrbtenice **bubrezi** (26). Oni izlučuju svojim sitnim žliezdastim ustrojem (vidi prorez na slici) iz krvi svakojake iztrošene tvari, te ih izlievaju kao mokraću kroz mokraćnjake (27) u mokraćni mjehur (28).

MOZAG I ŽIVČEVLJE.

Svi dielovi čovječjeg tiela prožeti su **živcima,** a nitima razne debljine, koje se ponajviše u pletivima poput drva razgranjuju te najposlie za prosto oko nevidljivim okrajcima svršavaju, s kojima razne utiske vanjskog svieta poprimaju. Mi razlikujemo tri vrsti živaca:

1. **Sjetilni živci** t. j. živci vida, sluha, njuha i okusa.

2. **Oćutni živci** t. j. oni, kojima razne osjećaje i dodire ćutimo, bilo da iz vana dolaze, bilo da u samom tielu nastaju. Svi ti živci privadjaju osjećaje u moždjane, gdje se onda dalje preradjuju. Osim toga idu od mozga u sve dielove tiela posebni živci, koji našu volju na mišice prenašaju te sve na gibanje potiču. Ova 3. vrst živaca, **pokretni živci,** spojeni su ponajviše tiesno sa oćutnim živcima, te su im svojom vanjštinom sasvim slični.



Sl. X. Mozag, hrbtenjača i živci.

Mi možemo dakle kod živaca, što stoje sa mozgom u savezu trojaku djelatnost razlikovati: privadjanje osjećaja k moždjanima, bilo, da su to sjetilni ili oćutni podražaji, onda preradjivanje tih osjećaja u mozgu samom, te napokon prenašanje volje iz mozga u mišice. Svim ovim djelatnostima središte je mozag.

Mozag leži u lubanji, obkoljen je trima opnama, te se dieli na dva diela: na **moždjane,** koji leže u stražnjem doljnjem dielu lubanje. Svaki razdieljen je uzdužnom brazdom u dvie polutke, od kojih jedna drugu u svom djelovanju zastupati može. Na moždjanima vide se

mnoge vijugaste brazde. Iz doljnje površine moždjana, sa tako zvanog **dna**, izlazi 12 parova živaca, koji idu k očima, ušima, nosu i drugim dielovima glave. Većina živaca ide kao tako zvana **hrbtenjača** kroz zatiljačnu škulju u hrbtenicu te ide njezinom cievi sve do dolje. Na tom putu izlaze iz hrbtenjače uviek izmedju dva i dva kralježka, parni živci, koji se u susjednim dielovima tiela razgranjuju. Svaki dio tiela imade svoj vlastiti živčani pleter, kao n. pr. pazušni, vratni, bočni pleter itd. Hrbtenjaču obkoljuju takodjer 3 opne, a njezin gornji dio zove se **primozag**. Ovaj ulazi u lubanju, te šalje odavle 4 para živaca k želudcu i crievima.

SJETILA.

1. OKO.

Oko leži zaštićeno u očnoj šupljini glave, koja je sva obložena salom, tako da se oko lahko kretati može. Kretnje proizvadjaju 6 mišica, koje oko obuhvaćaju. Kad ove mišice obole, čoviek **škilji**.

S prieda zaštićene su oči **vjedjama**; **trepavice** brane ih od praha, a **obrve** prieče, da ne curi znoj sa čela u oči. Očna jabučica naliči kruglji, te sastoji od više opana, koje se jedna druge drže. Izvanjska zove se **bjeločica**, najtvrdja je od svih te štiti nutarnje opne kao kakova kora. Ona je neprozirna, te odbija postrano svjetlo od oka. S prieda prelazi u **jasnu i prozirnu roženicu**, koja je svedenija od bjeločice. Izpod ove nalazi se **žiljnica**, u kojoj se očno žilje razgranjuje, a iza ove, sasvim u nutrini oka leži **mrežnica**, koja nije ništa drugo, nego očni živac, koji iz moždjana dolazi te se ovdje razgranjuje. Unutrašnjost oka dieli **leća** na dvie klietke, manju prednju i veću stražnju. Leća je jedra i prozirna, te može svoj oblik donjekle mienjati. Pred njom u prednjoj očnoj klietki nalazi se **očna vodica**, a iza nje **staklovina**, sasvim prozirna, polutekuća, sluzava tvar. Pred lećom razprostrla se još fina opna, **šarenica**, po čijoj boji (modro, smedje itd.) i boju oka označujemo. U njezinoj sredini nalazi se okrugla rupica, **zjenica**, kroz koju svjetlo u oko ulazi i koja se pomoću mišica, što su u njoj, steže i širi prema tomu, da li više ili manje svjetla u oko ulazi. Zrake svjetla lome se na svom putu kroz roženice, vodicu, leću i staklovinu tako, da na mrežnici nastaje umanjena i obratna slika.

Suznom ustroju (slika IV.), koji k oku spada, svrha je, da vlaži očnu jabučicu, a vedje otiru svojim zaklapanjem prah sa roženice. Suzni ustroj sastoji od **suznih žliezda** (14), (u svakoj očnoj šupljini dvie) i iz odvodnih cievi. Proizvod tih žliezda, **suze**, dolaze kroz **suzne cievčice** (15) **u suzište** (16), a odavle u **nosni suzovod** (17), kojim se sa vanjske strane nosne šupljine u doljnji nosni prohod izlievaju.

2. UHO.

Na uhu razlikujemo **vanjsko srednje** i **nutarnje** uho. Vanjsko uho sastoji od **hrustavične uške i vanjske sluhovnice,** koja vodi zvukovne valove k srednjem uhu; s njezine površine odlučuje se ušna maz.

Na kraju sluhovnice razapela se napeta i žilava **opna bubnjača** ili bubnjić, koja zatvara sluhovnicu, dakle i vanjsko uho od srednjeg.

Iz **srednjeg uha**, tako zvanog **bubnjišta**, koje je napunjeno zrakom, vodi opnasta, a dalje koštana ciev, **Eustachova trublja** u ždrielo. Osim toga spojeno je srednje uho sa **nutarnjim** iliti **labirintom** sa dva malena otvora, koja su zatvorena finim kožicama. Jedan zove se **okruglo**, a drugi **jajoliko okance** (m). Izmedju opne-bubnjače i jajolikog okanca uvrštene su 3 sitne koštice, **kladivo, nakovanj i stremen.** Držak kladiva prirasao je o opnu-bubnjaču, koštice dotiču se jedna druge, a stremen drži se jajolikog okanca. Kad zvučni valovi opnom bubnjačom potresu, onda se titraji prenose na kladivo, od ovog na druge koštice te tako dopru do kožice jajolikog okanca.

Nutarnje uho ili labirint smješteno je u kamenoj kosti (nutarnji dio sljepočnice). Njegovi dielovi jesu: **pridvorje, 3 svodnice** i **puž.** Cielo nutarnje uho izpunjeno je tako zvanom **labirintnom vodicom.** U labirintu razgranjuje se slušni živac. Sitni njegovi svršetci razpliću se na finoj kožici, koja je u labirintu i u svodnicama, u pločice, štapiće i stanice, te naliče njihovo djelovanje u veliko tipkama na glasoviru.

3. NJUH.

Njušni ustroj mnogo je jednostavniji od oka i uha. Obje gornje nosne školjke kao i nosni pretinac presvučeni su sluznicom, u kojoj se razgranjuje sa doljnje površine moždjana prispjeli njušni živac. Ovim dielom njušimo, dočim se u doljnjem dielu nosa razgranjuje neki drugi živac, koji samo oćutne podražaje prima, te nas na primjer na kihanje sili.

4. OKUS.

Ovo sjetilo smješteno je u jezik, te ga mogu samo tekućine podražiti, dočim njuh samo hlapive tvari osjeća. Ako metnemo n. pr. sol na jezik, to njezin tek istom onda osjećamo, kad se je raztalila. Jezik od mišica gradjeni mesnati ustroj, služi nam kod govora, žvakanja i gutanja, njime pipamo i kušamo. Njegov živac, koji takodjer dolazi sa dna moždjana, svršava se u mnogo malenih bradavica, koje su se po cielom jeziku pod sluznicom razmjestile, te koje na vlastitom jeziku lahko vidjeti možemo.

5. OPIP.

Sjetilo opipa razprostrlo se je cielim tielom. Ono je za pravo trojako: mjestno, opipno i pritisno. Njime spoznajemo oblik, tvrdoću, hrapavost i druge osebine tjelesnih površina, kao i težinu i toplinu predmeta. Tomu služe po svim dielovima kože razgranjeni oćutni živci, koji u hrbteniaču i u mozag ulaze. O gustoći i množini ovih živčanih razgranaka ovisi i osjetljivost dielova kože. Tako su na pr. vršak jezika, ušna resica i ustne mnogo osjetljivije, nego li koža na ledjima i nadlaktici.

——o——

ALOJA.

Aloja (Aloe) dobiva se iz soka istoimene biljke (vidi sliku 1.) i spada medju jake liekove, koji na dvor sile. Ako od nje malo uzmeš, djeluje radi svoga gorkoga kusa dobro na probavu. Ako je mnogo uzmeš, morat ćeš često ići na polje za rad sebe, ali će te veoma zavijati u trbuhu.

Za bolju probavu dosta je, da uzmeš 5—10 centig. aloje. Da od nje za rad sebe ideš, uzmi 30—40—50 centigrama. Liek djeluje tek poslie njekoliko sati.

Obično se upotrebljuje vodeni ekstrakt aloje, koji se dobiva u obliku pilula. U našim ljekarnama ima alojevih kapljica i aloja-željeznih pilula. Od kapljica uzima se na dan po tri puta 10—15 kapi, a od pilula tri puta na dan 1—3.

ARROWROOT.

To je vrlo hranivo brašno, s kojim se slaba i od proljeva iznemogla djeca bolje hrane, nego ma kojom drugom vrsti brašna.

Arurut se raztare u zdjelici sa malo hladne vode, pa se ulije u juhu ili mlieko, koje treba da se vari. Arurut prokuha se malo, pa se onda djeci daje. Kad se skuha, izgleda kao čista prozračna sluz te ima prijatan ukus.

Obično se uzmu 2—4 kavene žličice na četvrt litre vode. Djeci se daje kad imaju proljev, no ne prije četvrtoga mjeseca.

Dobiva se u svakoj ljekarni.

BABINE.

Čim se je diete porodilo i posteljica izašla, počimaju babine. Primalja izvadi nečiste podvlake izpod žene najvećom opreznošću i rodilju valjano očisti.

Poslie ovoga posla neka rodilja, — koja sad dobije ime babinjača, jer je u babinama — mirno počiva.

Nije razborito, da se ženi poslie poroda brani, da spava; porodilja samo onda neka ne spava, ako je vrlo slaba, jer se je težkim poro-

dom izmučila ili jer je mnogo krvi izgubila, pa se njezino stanje ne može razpoznati, da li spava ili je u nesviesti. Koja je porodilja dosta jaka i ne ima jaki krvotok, može joj se dozvoliti da spava. San će ju okriepiti i osvježiti. Ako je babinjača vrlo slaba, daj da izpije šalicu dobre mesne juhe i čašicu vina.



Sl. 1. — Aloja (Aloe).

Krvotok iza poroda zahtieva, da se liečnička pomoć potraži. Svaka primalja, koja kod takovog slučaja liečnika ne pozove, može dopasti odgovornosti. Pred porodiljom ne treba kazati, da je nuždno, da liečnik dodje, jer bi se uplašiti mogla, te bi se jaki krvotok u proliev krvi izvrći mogao ili bi se druga kakova napast pojavila.

U sobi kod babinjače neka je sve mirno i tiho. Sve nečiste stvari, kao posteljina, košulje, posteljica i t. d. moraju se odmah iz sobe ukloniti. Nadalje neka su otvorena vrata pokrajne sobe, i ta treba, da je dobro provjetrena. Ako nema pokrajne sobe, može se otvoriti i jedan prozor u sobi, gdje babinjača leži; pri tom treba paziti, da zrak ne dodje izravno na babinjaču, koja se može bit baš u tom času znoji.

Kad se babinjača probudi, može joj se dati, ako baš želi, šalica kakovog prijatnog čaja n. pr. od sljezova korjena, lipinog cvieta, komorača, itd. poslie ne treba babinjači takovog čaja davati, jer on

nema gotovo nikakove hranivosti, nego samo čini, da se babinjača jače znoji. Osobito pazi na to, da se babinjača tjelesno ili duševno ne uzrujava. Zato ne treba prvih dana da posjeti dolaze. Babinjača neka mirno leži, neka se ne vrti naglo amo tamo.

Košulje i rublje neka često mienja, pri tom neka joj tkogod pomogne; sve što na sebe ili poda se metne, neka je suho i ugrijano.

Prvih dana neka babinjača jede samo čistu govedsku juhu (čorbu), treći i četvrti dan može u jutro uzeti mlieka, u podne ukuhane juhe; peti i šesti dan dobre juhe od riže (pirinča) ili krupice (griza) sa žutanjkom od jaja; slabije žene mogu i nješto začinjene ili pečene teletine ili piletine jesti sa prženim žemljama; sedmi i osmi dan može joj se dozvoliti biele kave, mliečiva i pečena mesa, te se tako do četrnaestoga dana vraća opet na svoju navadnu hranu; samo neka pazi, da ne jede mnogo na jedan put i da jela nisu začinjena mirodijom, ni paprena, i da nisu težko probavljiva.

Za piće je najbolja, frižka, ne odviše hladna voda. Vino, rakija i druga žestoka pića škode babinjačama; neka ga dakle ne piju, jer će im se krv užgati. Pivo mogu dadilje piti istom drugi tjedan.

Treba paziti, da babinjača za veliku i malu nuždu redovito ide. Četvrti dan poslie poroda neka joj se dade klištir od mlake vode, ulja i jedne žlice soli. Ako to nebi pomoglo može joj se dati malko ricinova ulja (bieloga zejtina) u malo tople juhe, mlieka ili crne kave. Ako sve to ne pomaže, zovi liečnika.

Dobro je, da se babinjači toplina mjeri; tako se najsigurnije opaža, da li su babine redovite. Toplina u sobi kod babinjače neka je 15° R. a ne više od 16 grada (stupnjeva) po Réamuru (reci: Reomiru). Babinjača neka se odviše toplo ni težkim stvarima ne pokriva.

Jedno 8—10 sati poslie poroda neka majka pokuša da diete nadoji. Ako nebi prvi put dojenje za rukom pošlo, neka ju to ne uzbuni ili poplaši; neka se opet i opet potrudi, da diete sisa. Ako bi željela, da sama ne doji, ne smije joj se to nipošto dopustiti. Trpljenjem i vježbom diete će napokon ipak sisati.

Što se tiče čišćenja babinjače, to se takova žena kao ozledjena smatrati ima, pa zato treba s njome veoma oprezno postupati i osobito ju čisto držati. Svaka babinjača treba da se dva put na dan očisti. Babinjaču treba oprati 1 postotnom Lysolovom otopinom. Najsgodnije se čisti babinjača kanticom (irigatorom) od lima ili od stakla s dugačkom cievi od kaučuka.

Babinjača neka ostane, ako je ikako moguće, devet dana mirno u postelji. Izlaziti ne smije ljeti prije tri, a zimi ne prije šest tjedana.

Slabe i boležljive babinjače treba da su osobito pazljive. Diže li se takova babinjača, te će duže vremena izvan postelje ostati, dobro je da nosi gaće i pojas.

Njeki su toga mnienja, da babinjaču ne valja prvih dana češljati; ako babinjača zna mirna biti i ležati dok ju tko češlja, može se slobodno počešljati, to će joj upravo goditi, jer su obično vlasi od znojenja sliepljeni.

Dok je žena u babinjama, a to se obično računaju ona šest tiedna iza poroda, mora se čuvati svakoga tjelesnoga napora, jer njezine su sile slabe, pa će trebati dulje vremena, dok opet do prijašnje snage dodje.

BALZAMIRANJE.

Balzamiranje je način, kako se mrtvo tielo sačuva, da ne strune, a poznavali su ga već u najdrevnije doba mnogi narodi. No nijedan narod nije došao do stepena savršenosti u tom poslu, što su stari Egipćani.

Oni su kod balzamiranja povadili sve što ima u dupljama ili utlinama čovječjega tiela. Mast i sluzave sastojine iztegli su iz tiela natronom. Njima je bilo samo do tog stalo, da se koža i kosti od gnijenja sačuvaju. Da ovo postignu, metnuli su mrtvo tielo, kad su bili povadili sve iz njezinih utlina, u raztopinu od natrona. U toj raztopini ležalo je mrtvo tielo 70 dana. Po tom su ga pomno oprali te su ga onda na zraku ili u tu svrhu priredjenoj komori dobro izsušili. Medjutim su vanjsku kožu mazali tutkalom (firnisom), a u nutarnje šupljine trpali su što kakve mirodije da nebi kukci mrtvo tielo kvarili. Zatim su dugačke platnene povoje dobro namazali gumom te ih velikom vieštinom oko lješine mnogo puta omatali; a to su činili zato, da do tiela ni odkuda zrak, ni vlaga ne dodje.

Mnogo viekova rabio se egipatski način balzamiranja, naime mirodijama i ljekarijama, pa sve do novog doba balzamirali su ovako.

Spominje se, da je neki Dionis vrlo vješto balzamirao francezke vladare Dauphine. Eto što pišu, kako je balzamirao mrtvo tielo Ljudevita XIV. za koje vele, da se je vrlo dobro sačuvalo.

Kod balzamiranja služio se je praškom, koga je od ovih mirodija sastavio. Uzeo je: 26 dielova treslovine, Aloe, mirče, asfalta od svakoga po jedan dio. Korjena trave od cipra, Iris florentina, Valeriana, Aristolochia, Gentiana, Angelica, Imperatoria, gjumbir, od svakoga po 4 diela, Laudanum, crnoga bibera, male kardamome, lišće od Secrebium, Absinthium, thymus, Marubium album, Hyssopus od svakoga po tri diela. Benzoe, Styrax, tamjana, Sandarak, Taramahaca po 2 diela. Narančove kore, vršike od majurana, despika, polaja, karamfila i Kassin od svakoga po jedan dio.

Kad su povadili sve iz šupljina tiela, prali su lješinu žestom i popurili uljem od despika (Lavendel). Poslie su cielo tielo sa svih strana namazali peruvianskim balzamom. Šupljine su izpunili opisanim praškom, pa su s ovim mrtvo tielo izvana pokrili. Napokon su ga povili povoštenim platnom i u manji lies položili.

Dan danas se mrtva tjelesa ovako balzamiraju.

Izvade sve, što se u kojoj utlini čovječjega tiela nalazi. Onda izmivaju sve šupljine karbolnom kiselinom te ih natrpaju netom dogorjelim drvenim ugljenom. U žile krvice uštrcavaju u žesti rastopljeni sublimat.

BASEDOVOVA BOLEST.

Ova bolest (Basedow'sche Krankheit) nosi ime čovjeka, koji ju je prvi godine 1840. opisao. Ona se pojavljuje u isto vrieme u organima, koji su jedno od drugog rastavljeni, I to se pojavljuje na srdcu, u oku i na vratu. Srcu je kod ove bolesti ovako: Ono bije izvanredno silno; ovo naglo i silno bijenje čisto potresuje grudne stienke, a krv koja teče u velike žile kucavice, tako se kadkad usili, da je možeš i iz daleka na vratu opaziti. Kad se srce steže, čuje se kao da nješto puše. Ovakav burni rad srca opaža se najčešće iza duševnog ili tjelesnog napora, nu kadkad može da dodje i kad je čovjek sasvim miran i bezposlen. Pri svem tom ne može se na srdcu nikakva anatomična promjena opaziti.

Na vratu raste guša, koja kadkad može i dosta velika biti.

Najviše se iztiče Basedovova bolest na oku. Cielo oko rek bi da je iz svoje šupljine potisnuto. Obično ovako stradaju oba oka, akoprem ima slučajeva, da oba oka ne stradaju jednako.

Mišice, koje upravljaju očnim zaklopcima, ne mogu raditi kao što treba. Razkol oka uslied toga vrlo je velik, a jer se zaklopice redje sklapaju, čini se kao da je pogled »ukočen«.

Kod ove bolesti ne mogu kapci sasvim oko zatvoriti i sklapanje ovih očnih zaklopica ne biva tako redovito i često kao u zdravih očiju, zato uslied ovih nepravilnosti očnu spojnicu podražuje zrak, te čini da se oko često suzama zalije; a jer se oko pravilno zatvoriti ne može, to ni suze naravskim putem u suzne cievčice ne dospiju, već teku preko vedje i tako neprestano suze kapaju. Basedovovu bolest prati sveobća malokrvnost i neuredna probava. Ženskinje stradaju od bliedobolje a uz to izostaju i mjesečnine.

Još se za sigurno nezna, koji su uzroci ovoj čudnoj bolesti, nu po svoj prilici, da je silna uzrujanost najvjerojatniji uzrok, a simpatični sustav živaca klica početku ove bolesti.

Ova se bolest može njekoliko nedjelja, dapače već za njekoliko dana pojaviti i proći; nu najčešće se razteže na godine i godine i to tako, da se kadkad slabije, a kadkad jače pojavi.

Najprije se opažaju pojavi ove bolesti na srcu i na očnim zaklopicama; poslie počme guša rasti, a najposlie se opaža, kako se oko iz svoje šupljine izmiče.

Malokrvnost, bliedobolja, neuredna probava i velika mršavost, pojave se istom, kad se je bolest u velike razvila.

Od ove bolesti može bolestnik sasvim ozdraviti, samo će se malo na njem opaziti, da je od ove bolesti stradao; ostati će malena guša i oko neće se više podpuno u svoju šupljinu smjestiti. Radi velike slabosti, kad se ova bolest usili, može čovjek i umrieti.

Koga rečena bolest snadje može se nadati, da će od nje sasvim ozdraviti ili bar znatnu polakšicu imati, ako se liječi elektricitetom, hrani kriepkom hranom, živi na selu, upotrebljuje liečenje vodom i uživa duševni mir.

BAZGA.

Narod upotrebljuje bazgu (Hollunder, Flieder), kao liek, kad se treba znojiti. Za obarak uzme se 5—10 grama na $^1/_8$ litre vode. Može se i s mliekom obariti, te se daje za izpiranje grla, kad tko od katara u grlu strada. Uzmi 20—30 grama na ¼ ili ½ litre mlieka.

Sok zrelih bobica ukuha se gusto kao pekmez, te se po malo daje za znojenje. Kad tko strada od reumatizma ili vodene bolesti, daje se više od ovog ukuhanog soka. Ovaj osim toga sili na mokraću ili na polje.

BEDROBOLJA.

Bedrobolja (Ischias) je bolest bedrenog pletera (Hüftgeflecht). Nebrojeni živci razgranjuju se od bedra, pa nije čudo, što je bolest, koja ondje svoje sjedište ima, vrlo žestoka. Kod bedrobolje može cielo bedro da boli, može da se bol samo na njekoje česti protegne, a može bol da se i na doljnji gnjat protegne. Bolovi bedrobolje dolaze časomice, iznenada te znadu vrlo žestoki biti. Kadkad će i najmanji povod bolove pobuditi, tako n. pr. kad koljenom makneš, kad sjedneš itd. Ovakav napadaj može trajati njekoliko časaka, sati, dapače i dana; kadkad boli jako silno, a kadkad bol popusti.

Kao uzrok bolesti bedrenog živca smatra se povreda istog ili pritisak, čemu je uzrok kakova oteklina ili razširena žila krvica, koja natiskuje živac. Isto tako može toj bolesti uzrok biti tjelesni napor i prehlada. U njekojim predjelima Italije pojavljuje se bedrobolja endemično.

Najobičnija živčana bolest je bedrobolja; od nje stradaju više mužkarci, nego ženskinje. Najvoli da snadje ljude, koji su u muževnoj dobi. Više se pojavljuje s desne, nego li s lieve strane. Riedko ćeš kada bedrobolju sa obadvie strane osjećati.

Bol dolazi obično od krsta, te se kroz kuk nuz nogu s prieda i straga pruža do koljena i kadkad tja do stopala.

Za bedrobolju ima sijaset liekova. Najbolji liek jesu **parne kupelji** za one slučajeve, kad bedrobolja dolazi od prehlade. Poslie parne kupelji ne smije se u tom slučaju ni hladno polievanje, ni hladna škropila (Douche) upotrebiti, već mlaka voda. Isto tako valjaju kupelji Topusko, Varaždinske i Krapinske Toplice, Teplitz, Gastein, Wiesbaden.

Kad je bedrobolji uzrok neredovito obticanje krvi u žilama zdjelišta, tad valjaju kupelji Lipik, Karlsbad i Kissingen.

Najbolji liek da ne osjećaš bolove od bedrobolje i da bolovi brzo prestanu, jesu: podkožno uštrcavanje morfiuma i munjina (Elektricitet).

Kad nije bolestnik u stanju, da se lieči od bedrobolje kupkama ili munjinom, neka pije lipinog cvieta sa sokom od limuna, te neka se dobro zatim uznoji.

Dokle god osjećaš bol u kuku, ne trudi se hodanjem, već leži mirno u postelji. Osim toga nastoj, da ti je stolica svaki dan uredna. Ako je bol u kuku vrlo silna, možeš njekoliko kapljica driemkove tinkture uzeti.

BEEF-TEA.

Beef-tea (Bifti) je vrlo obljubljena i dobra hrana za djecu, koja ne šisaju, već se iz ruke hrane. I kad se djeca odbiju od sise, pa stradaju od katara na želudcu i crievima i takovoj djeci daje se Beef-tea.

Pripravlja se ovako: Uzmi mršavu govedinu, izreži je na male kockaste komadiće, te je polij sa malo vode i ostavi da ovako pol sata stoji. Poslie toga vremena kuha se na ovaj način: Sud, u kojem je voda s mesom, metni u drugu veću posudu, a ovu drugu nalij vodom i drži posudu s mesom u ovoj vodi dotle na vatri, dok voda počme kuhati. Kad se je meso na taj način ukuhalo, prociedi kroz krpu ili kroz sito. Koliko juhe uzmeš od ovog ukuhanog mesa, toliko uzmi i od druge juhe ili isto toliko vode, smješaj juhu ili mlieko s onom juhom, pa daj djetetu da pije. Ovako može se i od telećeg mesa bifti praviti.

BIELI LUK.

Ako poniešto bieloga luka (češnjaka) jedeš, potiče probavu, rad kože i bubrega. Kod nas se upotrebljuje samo u kućanstvu i to kao mirodija u jestvine.

U mnogim predjelima daju djeci luk proti glistama. Narežu ga na sitno, pa s njim posipaju kruh s maslacem ili ga na mlieku skuhaju. Tako kuhan upotrebljuje se i kao klištir. Bieli luk slabije djeluje, neg drugi liekovi, što se proti glistama daju.

BIELI SLJEZ.

U korjenu bieloga sljeza (Eibisch) (vidi sliku 2.) ima škrobovine i biljevne sluzi. Korjen od sljeza rabi se kao uvarak; on blaži i osvježuje; osim toga dodaje se i drugim liekovima, koji su oštri i jako podražujući.

Za čaj uzmi korjena od bieloga sljeza 4—8 grama na 200 grama vode. Kad koga kašalj podražuje, neka jede šećerne bonbone, u kojima ima sljezova korjena. Ovi se bonboni prave od 50 dielova sljezova korjena, 500 dielova bieloga šećera i 5 dielova narančevog cvieta; k tomu se prema potrebi dodaje voda.

Od bieloga sljeza pravi se sirup, čaj za prsa itd.



Sl. 2. — Bieli sljez.

BILO.

Ako žila kucavica tik pod površinom kože leži, možeš krvni talas, koji tom žilom struji, lahko osjetiti. Metneš li prst na takovu žilu, osjetit ćeš lahki udarac, a tomu udarcu veli se bilo (Puls).

Još u staro doba bilo je bîlo važnim pomagalom, da se ustanovi stanovito stanje bolesti.

Viešt liečnik poznati će po bîlu, koliko krvi u čovjeku ima. Tako kazuje bilo puno i snažno, da dotična osoba ima dovoljnu množinu krvi, a naprotiv riedko i slabo bilo znači malokrvje. Nadalje se po bilu poznati može, u kakovom su stanju srce i žile. — Ako bilo češće bije, nego obično, znak je, da je čovjek uzrujan, da mu srce jače radi, da ima groznicu. Ako bilo slabije bije, nego što je u redu, to je karakteristični znak za njekoje bolesti mozga, žutenice itd.

Po bilu samom neće liečnik bolest opredieliti i ocieniti, nego će uz to i druga obilježja razmatrati.

Bilo najlakše opipati možeš na ruci i to na žili kucavici, koja leži površno pod kožom na doljnoj strani podlaktice. Osjetit ćeš ga po prilici za jedan prst daljine od ručnoga sgloba (vidi sliku 3.).

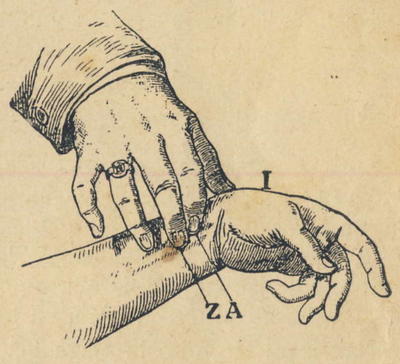
Isto tako može se bilo lahko osjetiti na svakoj strani vrata, na sliepočnicama itd.

Svaki put kad bilo bije, srce se steže; stezanje srca i udaranje bila podjednako biva.

Zdravomu čovjeku udara bilo 60—70 puta u minuti; kod žene čini bilo obično 10 udaraca više, a kod djece poveća se broj udaraca još za 10 više.

BJELILO.

Bjelilom ženski spol svoje lice rado nakaže, da se njime ljudstvu prijatnije pokaže. U bjelilu često puta ima otrovnih sastojina: sičana (Arsenik), olovnog bjelila (Bleiweiss), žive (Sublimat); ovo zadnje je bjelilo poznato pod imenom »siridžik«, i tutijino bjelilo (Zinkweiss). Ako tkogod dugo vremena takovo bjelilo upotrebljuje, mogu da se kod njeg pojave obilježja otrovanja, koja su svojstvena onomu otrovu, što ga u bjelilu ima.



Sl. 3. — Kako se pipa bîlo. — I. Grana lieve ruke. — ZA Mjesto, gdje će prst osjetiti, da žila kuca.

Najbolje je, da se ženskinje sasvim bjelila okane; no ako bi ga ipak upotrebile, pa bi se kakva obilježja pojavila, kojima se doznati ne može, od kakove bolesti potiču, najbolje je pitati liečnika za savjet i pokazat mu bjelilo. Liečnik će pregledbom lahko doznati, kakovih sastojina u bjelilu ima, i jesu li ove sastojine uzrok, da su se onakova obilježja pojavila. Tada će znati, kakav će liek bolestnici valjati.

BJESNOĆA.

Nitko sam od sebe pobiesniti ne može; bjesnoća obično se prenaša bilo od živinčeta, bilo od čovjeka samoga.

Bies se nalazi u pljuvački (slini) i balama bjesnog živinčeta, te ovaj otrov dospije u čovječje tielo i kroz ranu, koja nastaje, kad koga biesno živinče ujede. Bjesnoća se pojavi poslie njekoliko dana; poslie više nedjelja, dapače mogu i godine proći, dok se bjesnoća pojavi, poslie kako je tko od takovog živinčeta ugrižen bio. Rana, što ju čovjek od ujeda pobiesnele živine dobije, srasla se; na jedanput

počme opet boljeti. Koža na toj bivšoj rani drugčije izgleda, nego na ostalom tielu; iz rane se počme cieditи ružna tekućina.

Bolestnik se tuži, da su mu sve sile klonule; čini mu se da je težko bolestan. Takovo stanje opaža se ne samo kod onih, koje je jednom biesno živinče ujelo, pa su od onda postojano sve u njekakvom strahu živili, već i kod onih, koji su sasvim zaboravli, da su od biesne živine stradali ili nisu ni mislili da je životinja biesna bila.

Iznenada se rečeno stanje promieni. Bolestniku je težko gutati, kad pije. Težko mu je i disati; čini mu se, da će ga nješto zagušiti, kad hoće da guta. Te su muke jako strašne, pri samoj pomisli, da mora gutati, bolestniku se čini da mora poluditi. Kad opazi vodu ili drugu kakovu tekućinu ili ma štogod, što ga na vodu sjeća, odmah ga spopade zlo, on biesni.

Da mu se slina u grlo ne zaleti, pa da je ne mora gutati, obično takav bolestnik neprestano pljucka.

Ovakovi napadaji sve češće i jače dolaze te mu svu snagu iztroše. Obično nesretnik poslie njekoliko dana, kako su ga prve muke snašle, umre.

Ova se bolest veoma teško lieči. Najsigurnije sredstvo da se očuvaš od bjesnoće, kad te je biesno pseto ujelo, — mačka, vuk ili druga kakva životinja riedko kada pobiesni — jest, da se rana odmah izpali vrelim željezom ili da se izmije kakovom lužinom n. pr. solnom ili salitrenom kiselinom ili izreži ranu. Ili ako drugo ništa pri ruci nemaš osim sode, naspi ovu u ranu, pa je poslie izperi.

Nagrizeni dio, ako iz njega još krv curi, peri vrućom vodom, da krvi više ide, onda operi ranu otopljenim zelenim sapunom ili lugom.

Kad se jednom kod koga prvi znakovi bjesnoće pojave, žalibože slabo je nade, da će se spasiti.

Podkožno uštrcavanje sa »curare« (Pfeilgift) bilo je mnogo puta uspješno proti bjesnoći.

U naše vrieme mnogo se bavio izučavanjem bakterija i bjesnoće učenjak Pasteur. Njemu je pošlo za rukom, da otrovom, koji se dobije od bjesnoće, ciepi, kao što se kod boginja radi, koga je biesno živinče ujelo, te je tim postupkom mnogoga od bjesnoće očuvao i od strašnih ga muka spasio.

Prvi takav zavod ustrojen je u Parizu; sada već mnogi veliki gradovi takav zavod imaju.

Za naš narod najbliži grad gdje se bjesnoća u posebnom zavodu Pasteurovim načinom lieči, jest Budimpešta. Čim koga biesno živinče ujede, ima se odmah kod poglavarstva javiti, a oblast je dužna shodno odrediti, da bolestnik što prije u zavod stigne.

U našem narodu ima svieta, koji se i bez liečničke pomoći zna izliečiti, kad ga biesno pseto ujede. Akoprem nije dobro, da se sliepo takovomu nadriliečniku povjeriš, ipak ima slučajeva, da su liekovi, koje takovi ljudi obično svojom tajnom čuvaju, mnogomu pomogli. Mnogo puta kakova neznatna trava ili na oko neznatan prašak u sebi veliku ljekovitost krije.

Da znaš **po čem se pasja bjesnoća poznaje**, pazi na ovo:

Pasja bjesnoća (stočnost, steklina) koje ima u svako doba godine, ne razpoznaje se tim, što biesan pas neće vode; zna se bo, da biesni psi gdjegod ližu ili piju vodu, mlieko ili druge tekućine, pače se zna, da će biesan pas po gdjekad i vodu preplivati.

I to nije istina, da bi se biesnu psu iz gubice pjenilo. Veći dio biesnih pasa okraj gubice je onakav, kao što su i zdravi psi, ali kod njih mnogih je gubica otvorena, a iz nje curi slina ili sluz, a ne pjena.

Ne stoji ni to, da bi biesni psi svaki put izravno trčali, pa rep medju nogama držali. Pravi znakovi pasje bjesnoće ovi su:

1. Na psu, koji je pobiesnio, opazit ćeš promjenu u običnom ponašanju, on postaje turoban, zavlači se u tamno ili je nemiran, podražljiv, te će rado ugrizti ili bježati. Mnogi bježe odmah s prvine od kuće, ali se opet povraćaju za jedan, dva dana, ako nisu kako zapriečeni.

2. Biesan pas gubi volju na običnu svoju hranu, ali mjesto toga će gutati neobične stvari, kao zemlju, slamu, drvo, treset itd.

3. Biesan pas laje njekako osobno. Kad zalaje, ne čini to u dva tri maha, nego prvim mahom odmah zategne uzpinjuć si glas. Mnogi će tako lajati često i mnogo i ti će lajati hrapavim glasom, mnogi pak laju riedko kada.

4. Biesan pas rado će ugrizti, radje druge životinje, nego čovjeka, a po gdje što i druge kojekakove stvari.

5. Biesnu psu visi doljnja gubica, te su mu usta širom otvorena; to biva po gdješto odmah s početka bolesti, a po gdješto tek kašnje.

6. Biesan će pas brzo omršaviti i oči mu se pomute, dlaka nastrši, a krsta i zadnje noge klonu te iznemogav će najkasnije za osam ili devet dana poginuti.

BLIEDOBOLJA.

Bliedobolji (Bleichsucht, Chlorose) najviše je podvržen ženski spol i to najčešće u doba razvitka. Riedko kada od bliedobolje stradaju djeca, žene ili mužkarci. Bliedobolji je začetak u neurednoj krvi. Ova neurednost ne sastoji se u tom, što ima malo ili mnogo krvi ili što je obticanje krvi nepravilno. Obticanje krvi isto je tako redovito, kao u najzdravijeg čovjeka.

Neuredna je krv u bliedobolji zato, što im krvna tjelešca nisu u onom razmjeru; u kakovom treba da jesu; to se tiče najviše crvenih tjelešca.

Uzrok ovomu nenormalnomu razmierju smatraju se različite higienske i socialne prilike.

Tko malo boravi u prostom zraku, kriepko se ne hrani, prije vremena i prekomjerno spolnoj nasladi se klanja, te time spolne organe podražuje i bolest na nje natovari; tko čita zločeste, maštu spolnoga podražujuće knjige, ako i nema griešnoga odnošaja s drugim spolom; tko prečesto kazališta i plesove pohadja, stradati će od bliedobolje. A biti će podvrženi toj bolesti i oni, koji su joj već sami po svojoj naravi nakloni.

Ima djevojaka, koje sasvim čedno i pristojno žive pa ipak stradaju od bliedobolje.

Najglavnije obilježje bliedobolje je blieda boja lica. Najbolje možeš opaziti ovu bolest na nutarnjoj strani očnih zaklopica i na mesu oko zubi; iz njih rek bi da je sve krvi nestalo. Na mjesto da imaju milovidnu ružičastu boju, one su bliede, dapače i biele.

Nadalje se bliedobolni odlikuju time, što su nerazpoloženi za fizični rad, i ako se čega late, brzo se umore. Od nutarnjih organa osjećaju tu bolest osobito želudac, srce i spolni ustroji.

Bliedobolni ne ima apetita, često mu se gadi na meso i mesne jestvine; grč u želudcu i zatvorena stolica obično se kod bliedobolnog nadju, uz to mu se hoće jesti ono, što nije za jelo, kao što je kreda, paučina, opeka itd. Često je bliedobolnom i želudac otečen. Čim se malo više giba, stisne ga nješto u prsima, dobije lupanje srca, koje je i s bolju skopčano.

Najdraže mu je ležati na mekanom ležištu te će kadkad i preko mjere spavati. Mjesečnine ili nikako nema ili dolazi sasvim malo ili neredovito.

Češćenje je bliedo, vodničavo, kad prodju dani čišćenja, zna se bielotok pojaviti.

Ako se bolestnik ne povjeri liečniku i ne prima liekove, bolest se može otegnuti na mjesece, dapače i na godine. Naprotiv tko se hoće ljekarijama služiti, brže ozdravi, nego pomisliti može. Samo je jedan liek, koji se proti bliedobolji izvrstnim uspjehom upotrebljuje, a taj liek je **željezo**. Čim bliedobolni ovaj liek u dosta velikoj mjeri njeko vrieme upotrebljava, opazit će na sebi znatnu promjenu. Došla mu je volja na jelo, blieda boja je ustupila mjesto ružičastoj, zdravoj boji; opet mu se mili raditi, jer se ne osjeća više slab i trom; mjesečnina opet redovito dolazi i ima je dosta. Bliedo, bolno, histeričkim duhom nadahnuto djevojče, eno se pretvorilo u veselu, okretnu i nade punu djevojku.

Od rečenog lieka, naime željeza, neka uzme bolestnik po prilici tri puta na dan po tri pilule ili neka uzme 25—30 kapi jabučno-kisele željezne tinkture (apfelsaure Eisentinctur).

Uz to je nuždno, da se hrani mesnom hranom, da pije vina **i da se mnogo bavi u čistom zraku,** najbolje u polju ili u gori. U tu svrhu upotrebljuju se i željezne kupelji.

Veoma je probitačno, da se bliedobolni lieče hladnom vodom.

BLJUVANJE KRVI.

Kaže se, da krv bljuje (Blutbrechen, Haematemesis), koga sili na bljuvanje, te izbaci dosta mnogo krvi, koja iz želudca dolazi.

Iz želudca dolazeća krv je tamna, crna, pomiešana sa komadićima jela, sve jedno s drugim u obliku grudica. Po ovim priznacima može se razlikovati od krvi, koja dolazi iz pluća. Iz pluća dolazeća krv ide s kašljem te je jasno crvena i pjeni se.

Ako se ne može po krvi pravo razpoznati, odkuda dolazi, to treba obzir uzeti na ono, što se je prije bljuvanja dogodilo.

Kad tko bljuje krv, boliti će ga prije želudac, biti će mu mučno, daviti će ga nješto. A kad krv iz pluća dolazi, biti će obilježja na prsima; najprije će kašljati itd.

I pojavi poslie izbačene krvi biti će u oba slučaja svasvim različiti. Kad tko bljuje krv, obično se poslie nadje krvi i u blatu, koje od njeg ide; dočim kad tko krv iz pluća baca, još dulje ima trag krvi u onomu, što izkašlje.

Uzrok bljuvanju može biti, što u stienkama želudca njekoja veća ili manja žilica pukne. Ovo je opet moglo nastati stoga, što se u želudcu napravila koja gnojnica, te je gnoj progrizao žile ili što se je razkolila koja žiljna stienka, kao što se to opaža kod bolesti, gdje je krv pokvarena, kao kod škorbuta i težke groznice.

Ovakovomu bolestniku preporuča se što veći mir; neka leži na ledjima, neka se ne vrti po postelji i neka nipošto ne govori. Na želudac treba metnuti mrzle, ako moguće ledene obloge, uz to neka pije sve na minute ledenu vodu, najbolje da mu se dade na male komadiće stučeni led, koji treba da mu se u ustima raztopi.

Ako se je onesviestio, treba ga prskati, škropiti hladnom vodom ili ga umivati vodicama, koje imaju jak miris. Daj mu, ako imaš, da kadkad gucne hladnog šampanjca. Za napitak dat ćeš mu sirutku od stipse ili njekoliko kapi solno-kisele željezne-tekućine (liquor ferr. sesquichlor.) u šećerom zasladjenoj vodi.

Samo se po sebi razumije, da treba njekoliko dana strogo na hranu paziti; neka jede sasvim malo.

Osim toga treba da liečnik točno pretraži, što je uzrok bljuvanju krvi i onda prema tomu liečiti se, ako želi da podpuno ozdravi.

BODAC PČELE.

Na onom mjestu, gdje pčela ubode, ostane obično i žalac; to mjesto oteče, bude crveno, a u sredini, gdje je žalac, vidimo tamnu točku. Kad pečla ubode, jako boli. Malo po malo otok se izgubi te za 2—3 dana sasvim ga je nestalo.

Svaki put ova napast ne prodje s lakim. Dogodi se, da ono mjesto, gdje je pčela ubola, oteče te se i upali, zažeže, od zažega stradaju tad i okolo ležeće žliezdice pod kožom. Boli su tad vanredno silne; ubodeni ima groznicu.

Ako koga pčela jako izbode, kao što se to dogadja, kad tko u roj upadne, to ga može napasti bljuvanje, nesvjestica, buncanje, a i smrt može zatim nastupiti. Isto tako je opasno, kad koga pčela u ždrielo ubode, to se može dogoditi, kad tko jede voćku, u kojoj je pčela bila. Jezik i ždrielo tako zna oteći, da se ubodeni i udušiti može. Nije svakomu jednako, koga pčela ubode; dočim jedan jedva osjeti bodac, drugi hoće da poludi od muke.

Bodac pčele ovako se lieči: Najprije nastoj, da brzo izvadiš žalac, poslie metni njekoliko sati studene obloge. Kad je bol popustila, tari oteklinu kakovom mašćom ili pokrij krpicom, koju si uljem natopio. Narod meće hladnu vlažnu zemlju na takovu oteklinu i to vrlo pomaže. Sasvim riedka raztopina od amonijaka, kojom se ubodeno mjesto pere, čini otrov neškodljivim.

Ako je koga pčela u ustima ujela, neka drži komadiće leda u ustima, dok se ne raztope, i neka popere usta i ždrielo jako slanom vodom.

Ako je ždrielo vrlo oteklo, nuždna je brza liečnička pomoć, jer često će se morati takova oteklina i prorezat. Kadkad je nužda, da se i dušnik prorezati mora, ako hoćemo ubodenog od smrti osloboditi, da se ne uduši.

Kad su pčele koga jako izbole, tako da ubodeni bunca, bljuje i u nesviest pada, daj mu oživljujući liek n. pr. njekoliko kapi etira u vodi.

BOGINJE.

Na boginje (koze, kozjače, Blattern) počelo se paziti i pisati o njima tek u desetom stoljeću. Vjerojatno je, da je ovaj bič roda ljudskoga već prije narodjenja Hristova poznat bio i mnogo svieta pomorio. Križarska vojna i Saraceni, koji su osvojili Siciliju i Španjolsku, donieli su je u Evropu. Od onog vremena boginje svake godine mnogo svieta životom razstavlja.

Boginje su vrlo priljepčiva bolest te ih se treba dobro čuvati.

Ova bolest ovako se pojavljuje i razvija:

Bolestnika snadje velika vrućina, jako oslabi, glava ga boli, težko mu je gutati i ima bolove u krstima.

Poslie njekoliko dana groznica popusti, ali se po licu izdadu crvenkaste čibuljice; od njih se brzo onda naprave mjehurići puni bistre tekućine. Njekoliko dana iza toga pomuti tekućina u mjehurićima, te po prilici deseti dan, poslie kako se bolest pojavila, mjehurići se ognoje i bolestnik ima opet silnu groznicu. Sad je bolestnik na vrhuncu najveće muke. Čibuljice raztežu mu kožu i bole; i opna slinavka strada, slina postojano mu iz ustiju teče; težko mu je govoriti, jedva razumiješ, što kaže; težko guta i to uz najveće boli; oči su mu se od gnoja zaliepile i ne mogu svjetlo podnieti; mokraćni mjehur i rodnica u istim su mukama, težko mu je mokriti, nikako ne može da to bez boli obavi. Groznica može tako jaka biti, da se od nje bolestniku sile iztroše.

Po prilici 12. dan od gnojenja, počimaju se mjehurići sušiti; groznica popušta, s njome popuštaju sve malo po malo i opisane muke, dok oko 3—6 nedelja i kraste popadaju, koje su nastale od onoga gnoja, što se je u mjehurićima izsušio.

Gdjegod su gnojnice bile, koža ostane ondje, kad kraste odpadnu, kao izgrižena, hrapava — kozičava.

Kadkada se u gnojnicama pomieša krv s gnojem, one izgledaju zato tamne, reć bi crne, zato im se i kaže »crne boginje«. Od ovakovih boginja bolestnik obično umre.

Kada tko ima koze, obično se onda razbole mozag, vrat, pluća ili bubrezi. Sve ove bolesti jesu ono vrieme po život opasne.

Po svim čestima tiela, koje su sluznicom presvučene, mogu se kozjače izasuti. Tako mogu od njih stradati oči, nos, ždrielo, dušnik, grkljan, želudac, uši, debelo crievo, mokraćna ciev i rodnica.

Ako se gnojnice ospu po očima, mogu sasvim ili djelomično uništiti očni vid. Ako ih je u organu sluha, mogu učiniti, da bolestnik ogluši ili da postane nagluh.

Ljekarnije za ovu bolest ili su suvišne ili ništa ne pomažu. Suvišne su za svaki normalni pojav boginja.

Bolestnik neka se zadovolji samo s juhom i vodom; ako osjeća veliku vrućinu, neka metne hladne obloge na glavu. Ako mu je težko gutati, neka uzme komadiće leda. Ako je bolestnik zatvoren, valja ga klištiriti, da bi se oči sačuvale od upale, valja ih neprestano oblagati hladnim oblozima.

Proti ovoj bolesti ne možemo se boriti, nu možemo i moramo bolestniku njegovo mukotrpno stanje olahkotiti.

Bolestnika možemo kupati u hladnoj vodi i omotati ga hladnim ponjavama. Nu kadkad je sav trud uzalud, jer ili se bolestniku od velike vatre životne sile iztroše ili mu se krv od gnojnice raztruje, pa onda i umre.

Usljed kozjača mogu se i nutarnji organi tako jako razboliti, da čovjek umrieti mora.

Da ne ostane lice hrapavo, grabavo, kozičavo, upotrebljuju se različiti liekovi; melem od žive, — mazanje sa jodom, — raztopina od sublimata itd.; nu ne može se kazati, koji će liek za sigurno pomoći.

Ako nisu gnojnice duboke bile, ostati će iza njih ili sasvim slab ili nikakav trag; nasuprot, ako su se jako u kožu upilile, neće pomoći nikakav liek, ostati će ružne brazgotine.

Ako tko ima ospice, to jest sasvim slabe koze, neka po malo jede i neka iz sobe ne izlazi; iza njih ne ostaju brazgotine.

Zaraziti se može čovjek od ove bolesti neposredno od osobe na osobu ili haljinama i posteljinom i onim krasticama i ljuskicama, što od tiela odpadaju, kad se koze sušiti počimaju. Zato valja bolestnika, kad mu kraste odpadati počimaju, kupati, a djecu nepustiti u školu, dok se nije tijelo sasvim očistilo.

Akoprem su boginje jako priljepčiva bolest, to ipak ima ljudi koji se od ove bolesti zaraziti ne mogu.

Samo se po sebi razumije, da valja bolestnika, bio on odrasli ili diete, strogo od zdravih odieliti.

BOLEST BRIGHTOVA.

Tko od Brightove (Breitove) bolesti (Bright'sche Nierenerkrankung) strada, ima bol u bubrezima; u njima se začepe cievčice, kroz koje mokraća ide, te bolestnik ne može mokriti. Ova bolest može za kratko vrieme proći, a može se i na godine produljiti, zato zovemo kratko trajuću bolest akutnu, a dugo trajuću, kroničnu Brightovu bolest.

Akutno razboljavanje pojavi se uz studen i silnu bol u bubrezima. Bolestnik često bljuje, vrlo malo mokri, mokraća je mutna i kad se skuha, vide se po njoj ovelike krpe bjelančevine. Kad se sitnozorom pregleda, vidi se, da u njoj ima krvi i stanica, kojima su stienke cievčicâ presvučene.

Lice, ruke, sramne sklopke u žene, a mošnjica u muža za kratko vrieme oteknu, sva koža izgleda kao povoštena i kad ju popipaš, mekana je kao tiesto.

Kad bolest na zlo okrene, raztruje se krv, od one mokraće, što se je zaustavila, te ju bolestnik ne može izpustiti. Mokraćne sastavine naberu se u krvi; bolestnika počme trzati, on se onesviesti i najposlie umre.

Ako će bolestnik od ove bolesti ozdraviti, to će se početi jako znojiti, moći će opet mokraću puštati, bjelančevine u mokraći sve manje biva, otoka sasvim nestane i za jednu dvie nedelje može bolest sasvim proći.

Uz ovu bolest pojavi se kadkad i zažeg bubrega, opne porebrice i trbušnice te i upala osrdačja; obično su ove upale smrtonosne.

Od **akutne** Brightove bolesti razvija se kronična, a može i kronična bolest da je već u velike mah preotela, prije nego ju bolestnik osjeća i u liečnika pomoć traži.

Kod kronične Brightove bolesti najprije će lice probliediti, i sile će jako oslabiti. Poslie se pridruži otok, o kome smo kod akutne bolesti govorili.

Ako sad liečnik mokraću vieštački pregleda, te u njoj bjelančevine nadje, nema dvojbe, da bolestnik od Brightove bolesti strada. I uz ovu vrst Brightove bolesti pojavlja se upala pluća, porebrice, trbušnice i osrdja i u tom slučaju bivaju ove upale smrtonosne.

Kadkad se kod ove bolesti sasvim čudni pojavi opažaju u oku, na koži mrežnici. Promjene na koži mrežnici dovode na misao, da čovjek od te bolesti pati, te kad liečnik mokraću pregleda, zna, u koliko se je ta bolest razvila.

Kad Brightovu bolest liečimo, moramo nastojati, da bolestnik što više mokri i da se mnogo znoji. Tu će nam osobito dobro doći tople kupelji, i poslie njih zamatanje u tople pokrivače te liekovi, koji gone na mokrenje i znojenje (vidi ove).

Bolestnik neka pije soda vodu, Seltersovu i Jamničku kiselicu. Ako je na putu ozdravljenja, dati ćemo mu dobru i krepku hranu, jela, u kojima ima dosta bjelančevine, vina i željeza.

Koji od kronične Brightove bolesti pate, moraju se vrlo od prehlade čuvati. Hrana neka im je krepka, da može što brže nadomjestiti bjelančevinu, koju svaki put gube, kad puštaju vodu. Samo na taj način mogu se očuvati, da im sile ne propadaju.

Žestoka pića, koja razdražuju, strogo su zabranjena.

Djeca vrlo često iza škrleta dobiju vodenu bolest, a to je samo posljedica akutne Brightove bolesti, koja se i uz ospice vrlo često pojavljuje.

BOLESTI BUBREGA.

Kadkad se bubrezi prepune krvlju; taj silni priliv krvi mnogo puta brzo se izgubi. Bubrezi će se prepuniti krvi, kad tko pije mnogo žestoko piće ili kad uzima liekove, koji na bubrege djeluju n. pr. copaivabalzam, kantaride itd.

Priliv krvi zna nastati i s toga, jer je lieva strana srca povećana; u tom slučaju krvi tako brzo iz bubrega nestaje; tako biva i kod mnogih priljepčivih bolesti, kod dobraca, škrletine, pošaline itd.

U bubrezima se previše krvi nakuplja s toga, jer je u ovim prilikama priticanje krvi vrlo veliko; nu može se u bubrezima odviše krvi nakupiti i s toga, jer ima zaprieka, koje čine, da krv iz bubrega ne može pravilno odticati, a to biva, kad zalistci srca imaju nieku

manu, te srce nije u stanju, da ovu pogrešku izpravi; obtok krvi tad slabiji biva. U tom slučaju krv iz žila krvica slabije odtiče, pa tad iz bubrega slabije iztiče.

Ako je priliv krvi u bubrege samo časovit bio, biti će i bolest samo kratkotrajna, obično se svrši čestim i mnogim vodeničavim mokrenjem.

Ako su bubrezi duže vremena krvlju prepuni, onda se ni mokraća ne može pravilno tvoriti; mokraće biva manje te se u njoj nalaze sastojine, koje ne možeš opaziti u normalnoj mokraći; te sastojine tvore se odtuda, što se te tekućine izmedju krvnih posuda i mokraćnih cievčica ne mogu pravilno izmieniti. Mokraća je tad gušća, u njoj ima bjelančevine, dapače i krvi. Takovom se stanju kaže **katar bubrega.**

Treba se čuvati svega, od čega veći priliv krvi nastaje; zatim valja nastojati, da odticanje krvi bude pravilno.

Čim ima kakvo bolovanje na bubrezima, mokraća se odmah promieni. Kod svake pojedine bolesti na bubrezima mokraća je karakteristično složena. Pregledajući mokraću sitnozorom, liečnik odmah poznati može, od kakove bolesti bolestnik strada.

Croup na bubrezima, akutna Brightova bolest. Ova bolest najviše naliči zadavici, krupu ili upali grla. Kao što se kod upale grla na opni sluznici u grlu tvori izciedjivanje, koje se brzo sgusne, tako isto biva tomu slično izciedjivanje u mokraćnim cievčicama; a ovo izciedjivanje začepi one cievčice. Kaogod što krup ili brzo na bolje okrene ili brzo bolestnikov život svrši, tako biva i kod ove bolesti bubrega.

Akutna Brightova bolest riedko kada sama po sebi dolazi, obično joj je povod prehlada ili oštri liekovi, a dolazi skoro uviek sa škrletom, riedko kada ide na dobrac ili pošalinu.

Kad vlada kolera-tifoid, obično se tad i Brightova bolest pojavlja.

Bilo da se Brightova bolest sama za se pojavi, bilo da je posljedica druge bolesti, u svakom slučaju bolestnik osjeća bol u okolici bubrega. Bolestnik je grozničav i što je osobito znamenito, on često i mnogo povraća; — k tomu ga neprestano sili da mokri, a mokraće ide od njeg samo po njekoliko kapi. Boja ovakove mokraće je crvena kao krv, nu najviše je smedje-crvene. U takovoj mokraći ima, kad je gledaš kroz sitnozor, mnogo bjelančevine, krvnih zrnaca i stanica, kojima su presvučeni mokraćni kanalići.

Takav bolestnik težko ili nikako ne može mokriti, jer mu se začepe mokraćne cievčice, pa jer ne može mokraća izteći, natekne lice, ruke, noge i spolne česti.

Ove otekline ne ostaju uviek na jednom te istom mjestu; one se pojave na jednoj česti tiela, izgube se poslie njekog vremena ovdje, pa se opet opažaju na kojoj drugoj česti.

Ako bolest na dobro okrene, mokraća počme opet kroz mokraćne prohode teći; zgusnuto izciedjivanje malo po malo izplahnjuje se sa mokraćom, te poslie dvie tri nedjelje može da je bolestnik bolest prebolio, mokraća tad biva opet čista i bistra. Ako će bolest po zlu proći, pridružuje se akutnoj Brightovoj bolesti upala pluća, užgalina pogrudnice, osrdačja ili opne trbušnice; bolestnici obično u kojoj od ovih bolesti umru.

Izvanredno riedko dogodi se, da tkogod umre od rečenih bolesti samih, već umre u Brightovoj bolesti od toga, što mu se od mokraće krv otrovala, jer se je po njoj razlila.

Za ovu bolest valjaju tople kupelji i zamatanje u tople vunene pokrivače, da se bolestnik što više znoji. Ako stolica nije u redu, treba uzimati liekove, koji na dvor gone, n. pr. Jalappa, sena dapače i kolokvinte.

Tko ovu bolest ima, neka pije ugljene kiselice n. pr. soda-vodu, Gieshübler, Seltersovu vodu, Jamničku kiselicu itd.

Kad je bolestnik na putu ozdravljenja neka se lieči željezom, neka se hrani snažnom hranom, u kojoj ima dosta dušičnih sastojina.

Kronična Brightova bolest dosta je razprostranjeno bolovanje; kao urzok ovoj bolesti poznata je česta prehlada, uzimanje jako dražećih liekova, prekomjerno uživanje alkoholnog pića, dugotrajno gnojenje, zatorni kostni zažeg, ulozi, bludobolja i dugotrajna malarija.

Bolest sastoji se u nezdravim stanicama, s kojima su mokraćne cievčice obložene, poslie se ovo proteže i na žiljna klupka i na bubrežninu. Bubreg jako usahne, pri tom se gubi i bubrežno tkivo. Ovakav bubreg, koji počme sahnuti, manji je od običnog bubrega; površina nije mu gladka, već je navorana i kvrgasta, on sam nije više mekan i pruživ, već je tvrd i opor. Takav bubreg ne može više svoj opredieljeni rad vršiti onako, kao zdravi.

Ova bolest je vrlo dugotrajna; od nje može čovjek već duže vremena bolovati, a da ne osjeća da je bolestan. Često puta ima bolestnik bolove na onom mjestu, gdje bubrezi leže, nu gdjetko nikakovih bolova nema. Istom kad bolestniku ruke, noge i lice oteknu, onda tek zna, da je bolestan.

Ljudi, koji u boljim prilikama žive, čim osjećaju, da slabe i da su bliedi, ako ih ništa i ne boli, idu liečniku, da ih pregleda. Ako sad liečnik u mokraći bjelančevine nalazi, a ne može se dokazati, da od kakove druge bolesti pati, tad je to znak, da je bolestan od kronične Brightove bolesti.

Poslie bliedoće i slabosti javljaju se otekline lica, ruku i nogu; malo po malo dodje vodena bolest u trbuhu ili u prsima te bolestnik može u tom stanju od plućne nabujice umrieti; nu običnije pridružuje se toj bolesti užgalina pluća, trbušnice ili užgalina moždjane

opne itd. ili bolestnik umre, jer mu se mokraća po krvi razlila i krv otrovala.

Treba se čuvati svega onoga, što može uzrok Brightovoj bolesti biti. Osim toga treba nastojati, da se nadomjesti bjelančevina, koja se sa mokraćom gubi, a to će bolestnik postići, ako se hrani jajima, mliekom, mesnom juhom, pečenim mesom i kao liek upotrebljuje željezo.

Kadkad je i liečenje s mliekom od velike hasne. Ako se bolestnik bude znao na rečeni način čuvati, proći će godine i godine, a da se vodena bolest ne pokazuje.

I u vodenoj bolesti valjaju tople kupelji i zamatanje u tople vunene pokrivače, da se obilnim znojenjem vodena bolest preprieči.

Rak rana takodjer se zna u bubrezima zavrći. U tom slučaju rak rana je smrtonosna bolest, jer se na bubrezima ne može operacija izvesti.

Kamenčići takodjer se znadu u bubrezima tvoriti; njekoji ljudi tvrde, da su kamenčići, što se gdjekad u mokraćnom mjehuru nalaze, došli iz bubrega.

Dok su ovakovi kamenčići posve maleni, čovjek ih i ne osjeća, ali ako bivaju oveliki, oštri i šiljasti, tad podražuju opnu sluznicu i čovjek dobije užgalinu. Sretan je, komu se sićušni kamenčići s mokraćom izplakaju i u mokraćni mjehur dospiju, jer se kroz cievčicu mokraćnog mjehura lakše ukloniti mogu.

Tko ima boli od takih kamenčića, to se one protežu počam od bubrega prema mokraćnom mjehuru i spolovilu. Te su boli veoma silne; da bude zlo još gore, patnika često na mokrenje goni. Bolestnik se od velike muke valja i kvrči, leden ga znoj probija, a tko je nervozan, dobije i grčeve. Kad kada bol od jedanput umine, bolestnik osjeća da mu je odlanulo; to biva kad se kamenčić do mokraćnog mjehura protisne, tad bolestnik već ne osjeća boli.

Ovakove boli mogu njekoliko sati trajati, dapače znadu i po više dana bolestnika mučiti.

Za ovakove boli daje se opium ili se pravi podkožno uštrcavanje sa morfiumom; gdjekad daje se bolestniku da udiše chloroform. Sve to odredjuje liečnik, koga treba bezodvlačno pozvati. Dok ne dodje, metni bolestnika u toplu kupelj, koja će duže vremena topla ostati; daj mu da mnogo pije, osobito ako imaš soda-vodu pri ruci.

Za ovakove bolestnike preporučuju se kupelji i mineralne vode za piće, Krapinske toplice, Karlsbad, Preblau, Kisingen i Jamnička kiselica.

BOLESTI JETARA.

U jetrima se obično preko mjere krvi nakupi. Ova se krv nakupi kadkad s toga, što je ima previše, a kadkad s toga, što ima njeka zaprieka, koja je uzrok, da krv ne može svojim putem iz jetara odticati.

Svaki put, kad se čovjek dobro najede, te mu želudac počima probavljati, pritiče više krvi u jetra; no ta krv opet brzo odtiče, ako nije previše jeo ili ako često ne jede.

Ako se ne znaš u jelu i pilu mjere držati, to se veći pritok krvi ne gubi, već jednako u jetrima ostaje. Ovakovomu prekomjernomu pritoku krvi uzrok su i njeke miazme; zato mnogomu, kad ima groznicu, jetra oteknu, no taj se otok brzo izgubi.

Kada tko ima kakovu bolest na srcu ili u plućima, onda iz jetara ne može običnom brzinom krv u više stojeću žilu odvodnicu teći, jer je kod ovih bolesti pravilni krvotok poremećen. Pošto se krv iz jetara ne može dobro izprazniti, zaustavljuje se u njima, a to je uzrok **povećanim jetrima.**

Ako jetra s rečenim bolestima oteknu, čini se bolestniku kao da je naduven, ne može duboko disati, a to dolazi odtuda, što velika jetra prieče, da se ošit ne može duboko spustiti, zato onda čovjek mora često disati. Osim toga takovi bolestnici imaju hrdjavu probavu, glavobolju, stolica im je začepljena, šuljevi ih muče itd.

Da su jetra veća, nego što normalno biti moraju, može se pretragom saznati:

1. Pokucavanjem. Zvuk je mnogo mukliji, te se takav zvuk u mnogo većem obsegu čuje, nego kod normalnih jetara.
2. Pipanjem sa rukama. Pretražujuća ruka napipat će jetra odmah pod rebrima.

Izliečit ćeš se, ako liečiš bolest, koja je bila povod, da su jetra otekla. Drži se dijete, uzimaj čistila. Karlsbad i Marienbad pomažu, da se velikom pritoku krvi trajno put zakrči.

Nadalje se u bolesti jetara broji **čir na jetrima** ili **gnojna užgalina.** Ove neprilike mogu nastati ili što se jetra iz vana kroz potrbušinu ozlede ili što jetreninu vriedjaju oštri žučni kamenčići (Gallensteine). Nadalje razne užgaline, koje se u blizini jetara tvore, mogu se i na nje protegnuti.

Ako su ovako jetra povriedjena, bolest zna kadkad brzo proći.

Ima slučajeva, kad čir godine i godine raste, dok se izraste i ljute boli zadaje. Napokon čir procuri i gnoj se izlije u trbušnu utlinu, u želudac, u crievo, kroz ošit u grudnu utlinu ili teče na polje kroz potrbušinu. To se sve ravna po tom, na kojem je mjestu čir na jetrima rastao, te koja su se susjedna tkiva uslied one gnojuštine razorila.

Kad čir procuri, mogu biti posljedice različite; ili čovjek naglom smrću umre, jer od gnoja, koji se razlije, nastaje obća trbušna užgalina ili gnoj kroz crievo izteče ili ga čovjek izkašlje. U tim slučajevima čovjek ima groznicu, malo po malo gubi sve sile, te napokon od slabosti umre.

Takovi bolestnici lieče groznicu kininom, slabost vinom i željezom.

Kad se čir razvija na gornjoj površini jetara, može se operacija kroz kožu na trbuhu otvoriti.

Osim gnojne užgaline ima i tako zvana **kronična užgalina** (»jetra pijanca«). Ovakova jetra opažaju se najviše kod pijanaca.

Ova se bolest vrlo polagano razvija. Iz početka su jetra jako otečena, malo po malo opet splasnu, dapače bivaju i manja, nego što im je obično normalna veličina. Jetra se kod ove bolesti umanjuju s toga, jer im se jetrene stanice veznoga tkiva izsuše, time je rad jetara veoma otegoćen, dapače mnogo puta se i sasvim prekine.

Obilježja ove bolesti jesu iz početka isto onakova, kao kad se jetra krvlju prepune, kasnije se pojavi žutenica i vodena bolest. Prvoj bolesti je uzrok to, što jetra ne mogu više kako treba svoj rad vršiti, a vodena bolest nastaje, što se nadju zaprieke, koje dovoljnom pritoku krvi smetaju.

Samo, ako se bolest odmah iz početka, čim se pojavi, lieči, može se bolestnik nadati, da će ozdraviti. Lieči se isto tako, kao kad se jetra krvlju prepune, uz to treba bolestnik da se što više čuva žestokog pića.

Ako su se jetra već počela sušiti, jedino se može time pomoći, da mu sile brzo ne smalaksaju, ako se hrani kriepkom hranom i lieči željezom.

Ako se vode nakupilo, izpušta se samo, kad je velika nužda, jer ako se voda izpušta, samo na kratko vrieme pomaže.

U jetrima zna se i tustine nakupiti (Fettleber). Uslied ove tustine bivaju jetra velika, te smetaju čovjeku kad diše; bolestnik mora brzo jedno za drugim disati, pri tom mu sve nješto smeta. Tim više pati, što više je u obće po svem tielu debeo.

Ova bolest se lieči kao što se tustina (debljina) lieči.

Sasvim su drugačiji pojavi, kad bolestnik ima **slaninasta jetra** (Speckleber), t. j. tkiva jetra tako se izmiene, da naliče slanini. Ovakovi pojavi opažaju se, kad tko od težke bolesti strada, pa mu se krv sasvim izmieni i izkvari.

I u ovom slučaju jetra iz početka oteknu, poslie se uviek pojavi vodena bolest i uz to opaža se pomalo i žutica. U mokraći takovih bolestnika ima uviek bjelanjka.

Ovoj bolesti ne ima lieka. Da bolest brzo ne napreduje i da ipak ima nieku polakšicu, neka bolestnik upotriebi slane kupelji; a ostalo neka prepusti liečniku.

I **rak rana** snadje kadšto jetra. Ovdje je svako liečenje bezuspješno, jer na jetrima ne može se onako operacija napraviti, kao što rak rana zahtieva.

Takodjer se u jetrima rado ugnizedi **»echinococcus«**; to je nametnica u svom pravom razvitku mjehuriću slična; razvija se od jaja

trakavice, koja u psetu živi. Jaja ove trakavice dospiju u čovječje tielo najčešće jelom i pićem; dospjevši u crievo, progrize, provrti nametnica stienke crieva, te putuje gdje joj se najsgodnije svidja, u jetra, u srce, mozak, oči, slezenu ili u pluća. Echinoccocus vrlo je opasan po život čovječji.

Još ima jedna bolest jetara, kojoj se još točno za uzrok ne zna, a to je: **žuteničava sušica jetara**. Za kratko vrieme bivaju jetra sve manja i manja. Bolestnik je grozničav, osjeća ljutu bol na onom mjestu, gdje jetra leže, žuteničav je, te u najkraće vrieme umre uslied razdraživosti na mozgu. Ni ovoj bolesti ne ima lieka.

BOLEST MORSKA.

Većina ljudi, kad po moru putuju, stupajući na parobrod (osobito ako prvi put po moru plove) dobivaju svoje vrsti bolest; ta je bolest u savezu sa putovanjem i boravkom na moru, zato su ju ljudi prozvali morskom bolesti.

Čini se, da ova bolest dolazi od mozga, a povod joj je, što se čovjek na moru neprestano ljulja i nedogledno pred sobom ništa drugo ne vidi, kad na pučinu morsku izadje, nego samo vodu oko sebe i nebo nad sobom.

Ova bolest nije ni najmanje opasna, akoprem je vrlo dosadna i zna gdjekoga dan, dva mučiti, a gdjekoga ne ostavlja, dok god se na moru vozi.

Morsku bolest sačinjava muka, bljuvanje i njekakovo nerazpoloženje, mamurluk.

Tko ide na more, neka sobom ponese Hoffmanove kapljice, te od njih neka češće uzme na šećeru po 10—20 kapljica ili neka uzme 5—10 driemkovih kapljica.

Evo njekoliko pravila, kojih neka se drži, tko misli po moru putovati.

Jedan dan prije putovanja počivaj i odmaraj se, da ne dodješ umoran na parobrod.

Prije nego brod krene, ne jedi mnogo.

Čim na ladju stupiš, lezi u postelju, prije nego što brodari zaplove ili budi gore na palubi i dan i noć.

Prvi dan putovanja uzmi prašak od ruvede (Rhabarber) na vrh noža u žlici vode. Ako nebi imao stolicu, dok si na moru, uzmi štogod za čišćenje, ali nemoj ništa piti iza jutra, dok ti je želudac sasvim prazan, već pij liek istom po podne.

Ne pretrpaj se jelom i ne pij odviše, kad si na brodu.

U jutro ne izlazi iz postelje, dok štogod ne pojedeš, n. pr. kavu, čaj sa dvopekom ili prženim kruhom.

Ako se more za vrieme putovanja uzburka, neboj se, već lezi u postelju prije, nego što se počme brod jako ljuljati ili budi sasvim gore na palubi.

BOLESTI STRAŽNJEGA CRIEVA.

Stražnje je crievo, kao i sav crievni prohod, na svojoj nutarnjoj površini prekrito opnom sluznicom, iz vana okružuje ga spojno pletivo, tako zvano staničevno pletivo (staničnina, Zellgewebe). I sluznica i staničevno pletivo mogu obolieti od užgaline. Ako je sluznica bolestna, kaže se, da ima katar u debelom crievu. Bolovanju vanjske strane debelog crieva kaže se užgalina.

Katar debelog crieva ne razlikuje se mnogo od katara, koji se kadkada više gore u crievnom prohodu pojavi. Tko ima katar u crievnom prohodu, neprestano se sili, da ide zarad sebe; ali pri tom ne ide blato od bolestnika, nego krvlju izpremiešana sluz, a bolestnik nikakove boli ne osjeća.

Od ove bolesti obično pate oni, koji po svom poslovanju mnogo sjede, onda tko odviše često podražujuće liekve za stolicu upotrebljuje ili kad mu se daje kakav oštar klištir.

Isto tako mogu tomu kataru uzrok biti gliste. Kad se tko zarazi sa sluzi od kapavca ili kad se izvana opna sluznica debelog crieva povriedi i to može biti povod kataru.

Liečenje sastoji se ponajviše u strogoj dijeti. Njekoliko dana neka se bolestnik čuva jela, neka jede samo toliko, koliko je najnuždnije. Neka pije samo sluzavu juhu, mlieko ili bademovu mliečnicu.

Sjedeće kupelji u mlakoj vodi pomoći će, da ga neće toliko na dvor siliti.

Kad bolestnika prestane boliti i kad ga više na dvor ne goni, neka se dade klištiriti sa ne sasvim hladnom vodom. Ali uštrcaj nesmije jako silan biti. Mjesto klištira, neka sjedi 6—10 minuta u hladnoj vodi, tko je inače zdrav.

Ako je stolica duže vremena sluzava, može se klištiru primiešati malo raztopine od cinka ili od stipse. U sto grama vode raztopi 1 gram sumporo-kiselog cinka (tutije), od ove raztopine primiešaj svaki put 3—4 žlice klištiru; bolestnika klištiraj dvaputa na dan. Uz to neka bolestnik pije 1—2 žlice ricinova ulja, da mu stolica bude uredna.

Tko ima katar debelog crieva, neka se čuva da ne ide zarad sebe u otvoreni zahod, gdje je propuh, u obće neka se čuva prehlade.

Ovakav katar pojavljuje se obično i kod onih, koji imaju šuljeve (Haemorrhoide).

Užgalina oko vanjske strane debelog crieva ili se pojavljuje kao bolest sama po sebi ili biva obično kod sušičavih ljudi. Kako je sušica u savezu sa užgalinom debeloga crieva, još nije točno poznato.

Užgalina debeloga crieva počima i svršuje se ovako: U blizini šupka pravi se oteklina, koja je dosta tvrda i boli. Bolestnik težko ide na dvor i svaki put kad zarad sebe ide, boli ga. Kad hoda i kad sjedi, osjeća boli.

Ako se bolestnik brzo i valjano lieči, može se oteklina izgubiti i on sasvim ozdraviti. Ali češće prelazi oteklina u gnojenje; nastanu čirovi, ovi se prokinu, a gnoj se izlije ili na polje ili teče u crievo; otuda nastanu prohodne fistule (Mastdarmfisteln).

Ova bolest lieči se u početku hladnim oblozima, koje se meću na oteklinu oko šupka. Ako je bolestnik sušičav, bolje je, da mu se odmah metnu topli vlažni oblozi, jer kod takovih ljudi ne može se gnojenje obustaviti, osim toga oni hladnu vodu težko podnose.

Tko je zdrav, može mu oteklina uz jednostavno liečenje proći, te mu se neće gnojiti. Neka upotriebi hladne obloge, neka mirno u krevetu leži, neka pazi, da mu je stolica uredna, a kao nutarnji liek valja ricinovo ulje. Jela neka su židka, ponajviše juha i mlieko. Ako otok nikako neće da se razidje, treba metati tople obloge, da gnojnica što prije sazrije. Čim se negdje oko šupka gnoja opaža, treba oteklinu razrezati. Ako se gnojnica na vrieme ne razreže, gnoj traži, kud bi probio; traži mjesto, gdje najmanje odpora nalazi, a to je obično stienka debelog crieva. Gnoj ju progrize i tako nastanu šuplji putevi, koji se bez operacije ne mogu izliečiti.

Za tu bolest najbolje su tople kupelji; zato će bolestnik dobro učiniti, ako se bude svaki dan dva ili tri puta sjedeć kupao.

BOLEST VODENA.

Od vode, koja se iz krvi izlučuje te se po trbušnoj utlini razlieva, razvija se bolest, kojoj kažu vodena bolest (vodnica, debela bolest, Wessersucht). Ona se nikada kao samostalna bolest ne pojavi, već je uviek posljedica druge bolesti. Vodena bolest dolazi, kad zdrava krv strada od znatne promjene ili kad se s kojega mu drago uzroka kolanje krvi prema srcu otežčava. Ako se obe navedene neprilike sastanu, to se onda po svem tielu vodena bolest razvija, a najkasnije trbuh oteče.

Ako li je vodenoj bolesti uzrok samo nepodpuno kolanje krvi prema srcu, te se ovakovo neredovito kolanje krvi opaža samo po trbušnim ustrojima, kao što to biva, kad se tvore velike otekline u trbušnoj utlini i kad jetra obole, to će tad vodnica samo u trbuhu svoje sielo imati.

Pri liečenju vodnice imajmo na umu, da možemo samo pripomoći. da se bolestnik od vrieme na vrieme rieši dosadnog stanja, koje mu prouzroči sakupljena voda. Dok se ne izlieči ona bolest, koja je bila uzrok, da se vodena bolest počela razvijati, uviek će se na novo voda nabirati.

U mnogim slučajevima doista podje za rukom, da se podloga vodene bolesti uništi, pa se onda ni voda više ne sabira.

Najdosadnije kod ove bolesti vidi se bolestniku to, što se osjeća kao da je naduven i što mu je težko disati. Da se ovo težko disanje snosnijim učini, a ne da se sama bolest utire, pušta se takovim bolestnicima voda. (Nekoji liečnici preporučuju Morsonove pilule, koje mnogo vode iz tiela odvode.)

Ako vodena bolest dodje od bolestne krvi, — poslie duge bolesti — valja tielo dobro hraniti mesom, mliekom, maslom i jajima, uz to neka bolestnik umjereno pije vino i pivo.

Ako dolazi od bolesti srca, bubrega ili jetara, neka uzme liek, od kojega će mnogo mokriti, uz to je dobro da se mnogo znoji.

BOLESTI ZUBERINE.

Razne bolesti opne sluznice protežu se i na zuberinu (desni), meso oko zubi; tako, kad tko ima katar u ustima, škorbut, slinotok i tomu slične bolesti, koje dolaze od pokvarene krvi, strada i zuberina. Kad je ova bolestna, izgleda mlohava, oslabi, te ne drži više zube čvrsto, oni se razklimaju, a mogu da i izpadnu.

Kad se tko lieči živom, bilo to vanjskim utiranjem žive ili nutarnjom uporabom, zuberina jako slabi, te se pojavi i silnije tečenje sline; čim se ovo opaža, treba prestati liečenjem sa živom.

U svim tim slučajevima bolovanje zuberine nije samostalna bolest, već je posljedica bolovanja drugih ustroja, pa se bolest i na meso oko zubi protegne. Liečenje u tom slučaju sastoji se najviše u liečenju one bolesti, koja je povod slabosti zuberine. Za ojačanje zuberine osobito je dobra otopina od stipse.

Tko ima šuplje zube ili drugu kakovu bolest, koja se izravno zuberine tiče, dobije kadkad užgalinu iste sa gnojnom oteklinom. Ovo lieči ovako: bolestni zub izvadi, a oteklinu neka liečnik proreže, da izpod mesa oko zubi nabrani gnoj iztiče. Ako se rana namaže otopinom od stipse ili paklenim kamenom, gnojnica ozdravi i meso oko zubi biva opet svježe i čvrsto, te se opet uz zube čvrsto prijubi.

Mnogo nesgodnija bolest je, kad zuberina oteče, a ne gnoji se. Ova bolest može da poteče od same zuberine ili mu je začetak u čeljusti. Ako oteklina dolazi od zuberine ili od pokostnice izpod nje, tad se tvori široka ili dugoljasta, tvrda, okrugla crvena ili modro-crvena oteklina, tako zvana novotvorina, koja, ako duže vremena traje, dobije oblik gomolje, pokrije više zubi i natiskuje ih. Ovakovi zubi iz početka se izkrive, poslie se razklimaju i konačno izpadnu. Nu tim se nije muka još svršila; oteklina može kosti lica razmaknuti, tako da se nos na stranu potisne, usta i očne šupljine manje se vide i čitavo lice od toga dosta nakazno izgleda. Na svu sreću ovakovi slučajevi pojavit će se veoma riedko kod onoga, koji se odmah liečniku povjeri, čim opazi da mu je meso oko zubi otečeno. Liečnik će novotvorinu nožem odrezati i ranu izgoriti, da ne ostane kakvo bolestno tkivo, jer bi se od njeg opet ista bolest pojaviti mogla.

BOLESTI ŽELUDCA.

Medju najobičnije bolesti želudca broji se katar želudca. Već u normalnim prilikama nalazi se želudac u ono vrieme, kada jestvine probavlja, u njekakvom razdraženom stanju. Upravo zato, jer razdraživanjem želudačna opna sluznica više sluzi izlučuje, brže se jela prokuhaju.

Moglo bi se kazati, da želudac ima svaki put lahki katar, kada jelo probavlja; jer se tada čovjek osjeća nerazpoložen, trom, a možebit da je mnogomu ponješto i glava težka. Takovo stanje zovu njeki »probavnom groznicom«. Čim je želudac jelo prokuhao, nestaje te groznice, pa i razdraživost želudca prestaje. Probava nije uviek takova. Različite prilike čine, da je probava i težka.

Kada normalni tečaj probave razne neprilike otežčaju, izgubi se apetit; jezik pobieli, glava jako boli, smuči se; kažemo »želudac je pokvaren«.

Želudac se može pokvariti od mnogoga jela, sve ako su jestvine inače zdrave i lahko probavne. Nadalje će se želudac pokvariti od jestvina, koje se težko probavljaju ili koje su se već počele kvariti t. j. koje su se počele raztvarati. Ova neprilika t. j. pokvaren želudac, brzo predje, ako se čovjeku odmah želudac izprazni ili ako izbaci jestvine, kojih u njem ima. To može učiniti na dva načina: ili bljuvanjem ili stolicom.

Katar želudca potrajat će koje vrieme duže, ako se je opna sluznica želudca podražila odviše vrućim ili studenim jelom, ljekarijom, jakim mirodijama ili žestokim pićem. U toj prilici nisu pojedini pojavi tako silni, kao kad se želudac jelom pretrpa, ali zato katar duže traje, te čini da želudac i drugi put lahko oboli. Sve ove neprilike valjanom njegom i redovnim načinom života opet brzo prodju: — takove bolesti želudca nazivaju se **akutni katar**.

Liečenje akutnog želudačnog katara u glavnom se sastoji u valjanoj dijeti. Onda treba da razdraženi želudac ima mir; takav bolestnik neka ne jede samo kad izgladni i onda mora dobro paziti, da jede malo i samo takova jela, koja želudac lahko prokuhati može.

Ovomu zahtjevu nije težko zadovoljiti, jer obično, komu je želudac pokvaren, ne ima apetita, te mu se mnogo put na svako jelo gadi.

Ako ti je mučno, pa osjećaš, da ti je želudac pun, uzmi štogod na bljuvanje ili pij nješto, da dobiješ brzo stolicu.

Ima osoba, koje lahko bljuju (povraćaju), kad se napiju mlake, slane vode, kad izpiju šalicu mlakoga titričnog čaja ili kad prst duboko u ždrielo turaju. A to je najlaglji i najbolji način, da brzo izprazniš želudac. Ovo su bolja sredstva, nego da uzmeš liek iz ljekarne. Takav liek istina brzo i sigurno djeluje, ali se opna sluznica u želudcu vrlo podražuje, pa ako te muka brzo prodje, opna sluznica ostaje još duže vremena osjetljiva. Uzmi zato na bljuvanje tek onda, ako je glavobolja vrlo velika, ako ti je previše mučno i ako znaš, da si liekom na bljuvanje ne bi naškodio.

Tko ima bolestna pluća, tko trpi od navale krvi prema mozgu, pa i trudne žene, neka ne uzmu liek za bljuvanje, jer se tim potrese cielo tielo, a ovo potresanje moglo bi bolestnomu čeljadetu škoditi.

Izvrstan liek za bljuvanje — jer se lahko uzima — je bljuvaći srieš. Uzmi 2—4 centigrama na 20—100 grama vode; svakih 5—10 minuti po jednu veliku žlicu, dok ne počmeš bljuvati. Ako ti se jako ne smuči, te su jela, s kojima si se pokvario, većim dielom već u crieva dospjela, bolje je, da uzmeš štogod za stolicu. Najbolje za to je šumavi prašak ili jedna žlica pržene magnezije. Kako se ovo uzima, vidi pod »šumavi prašak« »magnesija«.

Ako se želudac izpraznio od onoga, što je kataru povod bio ili ako katar tek poslie osjećaš, drži se strogo dijete. Mjesto vode možeš piti soda-vodu, Giesshüblsku, Jamničku, Rogatačku ili drugu koju prijatnog ukusa kiselicu. Njekoliko dana jedi samo mesnu juhu, mlieko ili drugu kakovu juhu. Kad sve neprilike prodju i apetit se opet pojavlja, možeš početi jesti običajna jela. Ako dugo vrieme apetita nemaš, uzmi kakav gorki liek: ruveda (Rhabarber), crvene kitice (Tausendguldenkraut) ili alojeve tinkture itd.

Ako se akutni katar želudca sasvim dobro ne izlieči ili ono, što je bilo uzrok kataru, opet i opet želudac snadje i uz to duže traje, tad se razvija **kronični katar žaludca.**

Akutni katar brzo i lahko prodje, čim saznaš, što mu je uzrok, pa se prema tomu i liečiš; kronični nasuprot oteže se na dugo; bolestniku biva to stanje vrlo dosadno, te mu oduzima svu volju za život, akoprem ni kronični katar nije smrtonosna bolest. Kad tko ima kronični katar, sve ga nješto u želudcu tišti; ovo osjećanje još jače biva poslie jela; nu boli pri tom nema. Želudac je obično otečen, te se bolestniku čini, da se je prejeo. U želudcu samom razvijaju se štokakvi plinovi i to zato, jer jestvine, koje želudac ne može prokuhati, duže u njem ostaju te se raztvaraju; odtuda oni plinovi, što podrigavanjem iz želudca izlaze.

Kad se komu podriguje, dodje mu kadkad u usta njeka sladka ili kiselasta tekućina. Ako u ovoj tekućini ima mliečne ili maslene kiseline, onda u jednjaku žeže, te se kaže, da ima žgaravicu (Sodbrennen). Tko ima kronični katar, bljuje kadkada sluzave, koncu slične otežuće se bljuvotine, ali pri tom bolestnik ne osjeća, da mu je lakše kao onaj, kad bljuje, koji ima akutni katar; jer je opna sluznica mnogo više bolestna i jer ta bolest jednako traje i poslie povraćanja.

Bolestnik nema nikakvog apetita, kadkad mu se čini, da ga u želudcu nješto glodje; kad štogod pojede, biva mu lakše. Uz kronični katar želudca, javlja se obično i katar u ustima. Jezik je bio, usta su ljepiva, dah iz ustiju zaudara. Kadkada može tkogod i više mjeseci kronični katar imati, ali u ustima ga nema; dočim katar u ustima riedko je kad bez želudačnoga katara.

Kroničnom kataru želudca obično se pridružuje i **katar crieva.** Bolestnik ne može da se dobro hrani; želudac ne može dovoljno hrane primati, jer ne može prokuhati, zato bolestnik sve više oslabi. Takovog bolestnika oblada njeko nespokojstvo, biva melankoličan, izgubi svu energiju, turobne ga misli snadju, sdvojno misli na budućnost, ne znajući, kako da se bolesti oslobodi.

Ovakav katar može kadkada mjesece i godine potrajati; pri tom je bolestniku sad bolje, sad gore.

Ako se pravo lieči, može podpuno ozdraviti, ali ako takav katar dugo traje, može biti povod i drugim bolestima, kao što su: gnojnice u želudcu i sušenje želudca. Njeka bolest pojavi se s toga, jer opna sluznica u želudcu oteče, otvor koji iz želudca vodi, biva manji; jestvine, što su u želudcu, moraju radi toga duže u želudcu ležati, a ovaj se više širi, postane prostraniji.

Pod ovim neprilikama izhrana bolestnikova jako strada, tako da konačno od slabosti umre.

Tko ima kronični katar želudca, pa ga snadje druga kakova bolest, neće joj se moći lahko opirati, dapače u mnogim slučajevima mora joj i podleći.

Liečenje kroničnog katara sastoji se takodjer ponajviše u urednom načinu života. Žestoka pića, jela, koja su jako mirodijama začinjena, te prehlade mora se takav bolestnik osobito čuvati.

Neka se hrani mliekom, pečenjem, jajima, šunkom i neka jede samo malo bieloga kruha; neka jede samo u malim obrocima. Za piće valjaju ugljično-kiselaste, natronove kiselice, kao što su: Gieshübel, Rogatac, Jamnica, Apatovac itd. Za takove bolestnike valjaju i osobito su dobre toplice: Karlsbad, Marienbad, Krapinske, Varaždinske Toplice i Lipik. Ako bolestnici još nisu jako oslabili, mogu se vrlo dobrim uspjehom hladnom vodom liečiti. Na svaki način biti će bolestniku od velike koristi, ako sebi metne preko noći mokri pas

(Neptunov pojas) na želudac. Što se tiče liekarija, to nije ni jedan liek tako siguran, da bi pomoći mogao. Svaki pomaže samo na vrieme; i tuj valjaju gorki liekovi, ali samo ako je način života inače uredan.

Svakako bolje čini, tko ima kronični katar, da nikakav liek ne uzima; dosta je ako uredno živi. Uredni način života može podpomagati hladnim trljanjem, kad iz kreveta jutrom ustane i da nosi mokri pojas; preko dana mjesto mokrog pojasa, neka nosi povoj od flanela.

Ako bi mu se želudac razširio, neka ga izpira (vidi izpiranje želudca). Nu svakako neka se posavjetuje s kojim liečnikom.

Okrugla gnojnica u želudcu (rundes Magengeschwür). Ma na kojoj strani želudca, no obično ondje, gdje se želudac zaokružuje ili u blizini desnoga ušća (Pförtner), napravi se kružnici slična rupica, obrubljena oštrim rubom. Ta rupica izgleda kao kad bi oštrim željezom koljena oštrim rubom. Ta rupica izgleda kao kad bi oštrim željezom komad stienke iz želudca izrezao. Ovo opaža se obično kod bliedobolnih djevojaka, te je tomu uzrok, što im krv mnogo ne vriedi. Ova gnojnica pojavljuje se na nutarnjem sloju sluznice, te ide sve dublje; na gornjem sloju uviek je veća, nego u nutarnjima, tako da iduć u dubljinu, naliči lievku.

Ova je bolest dugotrajna; gnojnica može da se izlieči i od nje da ostane samo zarastica. No može da i stienku želudca progrize, te se gnoj izlije u trbušnu utlinu; od njega nastaje upala trbušnice i smrt je neizbježiva. Kadkad razgrize gnojnica svu stienku želudca, a ipak se gnoj u trbušnu utlinu ne izlije, a to zato, jer se stienka želudca srasla sa drugom tvorinom, te ova poput kakovog štita zatvara rupicu, koju je gnojnica u stienci želudca progrizla.

S početka su kod ove bolesti pojavi isti onakovi, kao i kod kroničnog katara, no poslie javljaju se obilježja, po kojima se sigurno zna, da čovjek od gnojnice u želudcu boluje.

Tko ima kronični katar, ne osjeća nikada silne boli na jednom te istom mjestu; dočim tko ima gnojnicu, točno prstom označiti može, gdje ga jako boli. Sa ovim bolima dolazi i bljuvanje; najljuće boli i bljuvanje javljaju se poslie jela i to tim sigurnije, što je bolestnik više jeo ili ako su jestvine težke bile. Ako bolestnik uz ljute boli poslie jela bljuje, te su bljuvotine izpremiešane sa krvlju, onda nema sumnje, da bolestnik u želudcu gnojnicu ima.

Bolestnik ne može da se dovoljno hrani, na to ga izmuče najljuće boli i bljuvanje s krvju. Krv odtuda dolazi, što gnojnica raziede stienku želudca, pa i oveće krvne žile, te se onda iz njih krv u želudac ciedi. Nije čudo, što takav bolestnik na očigled propada. Gdjekoji put ta bolest brzo tjelesni organizam razori. Tako može bolestnik tek njekoliko dana ili nedjelja da osjeća, da ima želudačni

katar i već ga iznenada napada bljuvanje s krvju; poslie njekoliko dana od obće upale trbušne opne umre.

To su oni slučajevi, kad gnojnica brže stienke progrize, nego što želudac dospije, da se sljubi s drugim tvorinama.

Najopasnije su one gnojnice, koje počimaju bacanjem krvi, bez priznaka, koje idu uz kronični katar želudca.

I kad gnojnica zaraste, mogu nastati prilike, da se čovjek nikada više podpunog zdravlja ne naužije. Zarastica, koju tvori zarasla gnojnica, može stegnuti i suziti ono mjesto; uslied toga se ne može želudac raztegnuti, te je i manji. Bolestnik ne može da se hrani onoliko, koliko mu je nuždno, muče ga najprije najljuće boli, na posljedku od slabosti, bolje rekuć od glada, svoj mukotrpni život svrši.

U obće uzevši, gnojnica u želudcu u više se slučajeva izlieči, nego što ne.

Liečenje sastoji se i ovdje kao i kod kroničnog katara u urednom životu.

Sve gnojnice traže da se čuvaju od vanjske povriede, tako i ova u želudcu; za nju bi najbolje bilo, da je ništa ne vriedja i da je se ništa ne dotječe. Nu jer se čovjek hraniti mora, gnojnice se hrana uviek dotječe te je i podražuje. Jelo i piće i sama opna sluznica podražuje ju. Zato se treba pobrinuti, da takav bolestnik jede sve blaga jela; da nema u njima što kakovih primjesa, koje bi želudac dražile. U tom pogledu najbolje je mlieko; od njeg želudac najmanje težinu osjeća, te ga ono i najmanje draži. Bolestnik može se hraniti mlačenicom (stepkama, Buttermilch), sladkim i kiselim mliekom. Tko ne može mlieko podnieti, neka se hrani mesnom juhom.

Ako je bljuvanje prestalo i boli više nema, može malo po malo i druge lahke jestvine jesti. Takav bolestnik mora mnogo mjeseci da se strogo drži dijete, kao što je kazano kod kroničnog katara.

Bliedobolni, koji imaju gnojnicu u želudcu, neka nastoje, da im se krv popravi. Uz liekove iz ljekarne podpomaže im ozdravljanje brižljiva njega kože, boravak u čistom zraku i valjan izbor jela.

Bacanje krvi lieči se kao što je kod »bljuvanja krvi« kazano. Ako su boli veoma žestoke, uzmi kakav narkotični liek (morfij), koji će ti liečnik prepisati. Izvrstno lieče gnojnice u želudcu vrele toplice u Karlsbadu i u Lipiku.

BOROVICA.

Bobice od borovice (smrča, Wachholder, vidi sliku 4.) pospješuje izlučenje mokrače, zato se od borovice daje čaj, kad tko ima vodenu bolest, kronički katar mokraćnog mjehura i mokraćne cievi. Pravi

se od 10—15 grama sgnječenih bobica na 200 grama vode. U istu svrhu daje se i ukuhane bobice 30—50 grama na dan. U prijašnje vrieme mnogo se je upotrebljavalo ulje od borovice za mazanje, kad je tko imao reumatične boli ili zastarjelu kožnu bolest. Kadenje bolesničke sobe sa borovicom sasvim je napušteno, jer ne samo da ništa ne koristi, nego je onda u sobi, gdje se kadi, a ne provjetruje, osim smrada još i dim.


Sl. 4. — Borovica.

BRADAVICE.

Bradavice (Warzen) jesu uveličene pojedine pipulje (Hautpapillen), koje su sgusnutim slojem stanica od površne kože pokrite. Bradavice su i više i tamnije od ostale kože; kad ih pipaš sasvim su grube i otvrde. One su ili urodjene ili poslie iz nepoznatih uzroka izrastu. Kadkad se pojave samo pojedine bradavice i vrlo sporo rastu, a kadkad ih ima cieli niz ili kup i brzo izrastu. Kadkada same od sebe prodju, one naime odpadnu, a kadkad se moraju jednostavnom operacijom uništiti ili izgoriti sa chromom ili salitrenom kiselinom. Operacija sastoji se u tom, da se sa dva prsta lieve ruke koža izpod bradavice uhvati te ju kao kakov nabor u vis povučeš i čvrsto stisneš. Desnom rukom odreži bradavicu nožicama jednim mahom. Dok lieva ruka kožu drži i stiska, namaži ranu paklenim kamenom (Höllensteinstift). Na tom mjestu napravi se odmah kao suha kora (Schorf), poslie njekoliko dana odpadne te ostaje sasvim neznatna zarastica.

BRADAVKE RANJAVE.

Kod mnogih žena, osobito koje su prvi put rodile i u kojih su dojne bradavke slabo razvite, te malo proviruju, pokriva bradavku tako tanka kožica, da se dojenjem lahko povriedi. Koža onda na bradavici pocrveni i svrući se, a bradavka boli i peče, kad mati doji svoje diete. Nadalje se gornja koža oljušti, a bradavka bude ranjava, izpuca, užge se, pak se iz nje gnoj ciedi. Kad diete sisa, pokaže se svaki put krv, a dojilju će, dok diete sisa, tako strašno boljeti, da će se od toga kadkada onesviestiti ili će ju grčevi spopasti.

Da bradavke za dojenja ne popucaju, treba da ih žena već za nošenja češće prstima izvlači i nječim žestokim — rakijom, rumom, špiritom itd. — svaki dan namaže ili mekanom keficom i sapunicom opere.

Ako bi bradavke ipak pocrvenile, izprepucale, pak se ognojile, treba da dojilja na onoj strani ne doji prečesto; ako bi se užasnih boli bojala, pa mu odviše sisati dala na toj strani, napunit će joj se dojka s mliekom, a može se i užgati. Zato mora iz dojke izvlačiti mlieko flašom sisaljkom.

Dobro je i to, da se ranjave bradavke namažu peruvianskim balzamom, ali prije i poslie svakoga dojenja moraju se dobro vodom oprati. Mogu se namazati i tako zvanim »djevičanskim mliekom« (to je benzoeva tinktura pomiešana s vodom). Jošte treba paziti, da se bradavke odviše ne tište haljinama.

Ako bradavke za svakoga dojenja izpucaju i ako krv iz njih ide, kad diete sisa, najbolje će biti, da žena diete odbije, jer onda ranjava mjesta obično brzo zaciele.

BRDJANKA.

Cviet i korjen od brdjanke (veprovca, Arnika, Wohlverlei) vidi sliku 5.) ima u sebi oštru smolu gorkoga teka, koja podražuje živce i želudačnu sluznicu. Prije su s njome liečili bolesti, kod kojih je cieli ustroj klonuo, kao što to biva kod pošaline i proste groznice. U naše vrieme malo se uzima kao nutarnji liek; ali se ipak još i dan danas žalibože rabi u obliku kapljica ili se upotrebljuje obarak od cvieta, kad se tko ozledi, nagnječi ili kožu odere.

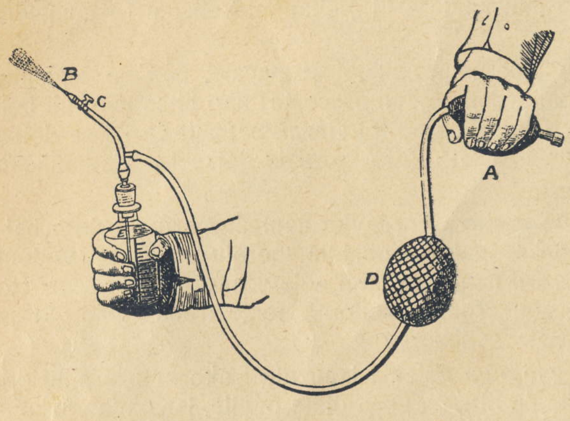
Koristi od ovoga lieka bolestnik nema, više mu škodi, nego što hasni.


Sl. 5. — Brdjanka.

BRIZGALO RICHARDSONOVO.

Kada liečnici imaju da na kojem dielu tiela naprave operaciju, upotrebljuju Richardsonovo brizgalo (vidi sliku 6.) i to zato, da ona čest tiela izgubi svako čuvstvo, t. j. da ništa ne osjeća, što se s njim čini. To se izvadja etirom. Kad etir u veoma finim česticama poput magle na koju čest tiela bije, onda biva intenzivno studena, ozebe, t. j. bude bezćutna.

Aparat sastoji se od jedne bočice, u kojoj ima etira. U toj dobro začepljenoj flašici ima staklena ciev, koja ide kroz čep, te siže do dna. Na ovoj cievi nastavljena je druga ciev, kroz koju ćeš etir iz flašice iztisnuti; tuj ima i kanal za zrak i zračna pohrana D. Ako počmeš zrak kod A stiskati, — zračna pohrana D ravna pravilni natisak zraka u cievi od kaučuka, — onda se jedan dio zraka u bocu utisne k nastavku C, gdje se ciev, kroz koju ima etir da izadje i zračni kanal sastaju. Etir, kojega je u puhalu sgusnuti zrak uzgor u nastavnu ciev potisnuo, sastaje se kod C sa zrakom, ovaj ga sobom potegne te se u veoma finim česticama razprsne ili brizga.



Sl. 6. — Richardsonovo brizgalo.

Otvor, kroz koji ima etir da brizga, ne smije više od 5 centimetara od one česti udaljen biti, koja se ima bezćutnom učiniti.

Ako se čisti etir upotrebljuje za ½ do 1 minute, etir učini da ondje, kud brizga, tielo utrne i ništa ne osjeća.

BROMOV KALI.

Bromov kali (Bromkali) je sastavina od broma i kalia. U posljednje vrieme bromov kali na glasu je, jer se njime lieče dobrim uspjehom živčane bolesti.

Od sijaset liekova, koji se proti padavici upotrebljuju na prvom je mjestu bromkali, jer nema dvojbe, da je ljekovit.

Ako i jesu izvanredno riedki slučajevi, o kojima se može kazati, da je bromkali njekoga sasvim od padavice izliečio, to se ipak za sigurno zna, da pomaže, da se padavica tako često ne pojavi, a kad se pojavi, da nije tako žestoka.

Ne možemo tvrditi, da ne ima i slučajeva, kad bromkali ništa ne pomaže.

Padavičavi mora bromkali mnogo godina uzimati i to neka uzme na dan 5—8 grama, koje valja u vodi raztopiti. Bromkali upotrebljuje se i kod kroničnog otrovanja olovom.

BUBNJICE.

Mezgovne ili limfne žliezde u slabinama oteći će, to će se i zažeći kod onoga, koji strada od kankova; — to su bubnjice (Bubonen, Pauken).

Bubnjice će se pojaviti i kod mekanog kankova, koji nije sifilitične naravi i kod tvrdog, koji se u bludobolju piše.

Bubnjicama može uzrok biti i sasvim nješto nedužno; tako je dovoljno, da u dolnjim udovima ma gdje nješto malo gnoja zaostane, pa će od njega odmah i mezgovne žliezde oteći. Ima, tko je inače podpuno zdrav, a ipak će mu limfne žliezde oteći, kada se mnogim hodanjem, a uz to po svom zvanju i stajanjem utrudi.

Bubnjice od sifilisa potičuće razlikuju se od drugih time, što se nikada ili veoma riedko ognoje, dok bubnjice, koje nastaju s drugog kojeg uzroka, u skoro pomodre, omeknu i najposlie se prokinu, a gnoj iz njih se ciedi.

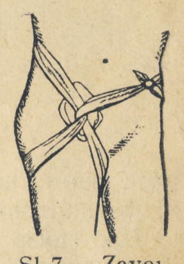
Kada se bubnjica prokine, vrlo sporo prolazi gnojenje, jer gnoj podjeda i pod njim ležeće vezivo, pa tako iza njeg i zarastice ostaju.

Komu su limfne žliezde otečene, neka leži mirno u krevetu, jer hodanjem bubnjice još više narastu.

Ako bubnjica veoma boli, pa je nade, da će se razići, metni hladne obloge; u drugom slučaju metni tople obloge, da gnoj što prije sazrije.

Ako je gnoj zrio, može se kroz gnojnicu njekoliko puta s iglom srebrena žica provući, to će isto tako hasniti, da će moći gnoj odticati, kao kad bi gnojnicu nožem prorezao. Od igle i žice neće ostati velika zarastica, a od noža svaki put.

Oboljelu limfnu žliezdu treba zavijati, da se od ozlede sačuva (vidi sliku 7.). Ako se gnoj sam probije, neka se metne elastična ciev, da se rupica ne začepi, već da gnoj lahko izteći može.


Sl. 7. — Zavoj limfne žliezde.

Mjesta, koja je gnoj razjeo, te koja su šuplja, pale se paklenim kamenom, a prorez od noža vida se kao i svaka druga rana.

Ako su žliezde otekle, a nema izgleda, da će se gnojiti, neka se mažu jodnom tinkturom ili jodoformom. Jodoforma uzmi 2 grama na 30 grama collodium elasticum; tomu se može nješto ulja od metvice pridodati, da se jaki miris jodoforma ublaži.

Sifilitične bubnjice zahtievaju, da se bludobolja u obće lieči.

BUNIKA.

Bunika (Bilsenkraut, Hyoscyamus, vidi sliku 8.) je otrovna biljka. Ljekovita sastojina bunike daje Hyoscyamin. Riedko se kada kao nutarnji liek upotrebljuje. Od 4 grama ove biljke, lišća i cvieća, pravi se obarak, — to je dosta za jedan dan, te se daje proti grčevima u želudcu i kašlju hripavcu.

Češće se upotrebljuje ulje od bunike i to za mazanje, da bol umine. U ljekarnama ima i melem od bunike.

Ova biljka i sve, što se od nje proizvadja, jesu suvišni teret naših ljekarna.

Kad se tko bunikom otruje, pojavi su isti, kao kad bi se atropinom otrovao.



Sl. 8. — Bunika.

CHININ.

Chinin se dobiva od chininove kore, a odlikuje se vanredno jakom gorčinom. Ako jedan dio chinina razriedimo sa 10.000 dielova vode, još uviek će se gorčina chinina jako osjetiti.

Chinin hvale kao izvrstan liek proti **običnoj groznici,** pa i nema lieka, od kojeg bi groznica tako sigurno i brzo prošla, kao od chinina. Ako se chinin uzme u sasvim maloj mjeri, onda djeluje kao drugi gorki liek.

Kao što je ljekovit kod obične groznice, tako se i dobrim uspjehom upotrebljuje chinin u bolestima, koje se povraćaju, kao što su **migrena, neuralgija** itd.

U bolestima, gdje se velika toplina razvija, gdje organizam od kakove upale strada, upotrebljuje se chinin, da toplina spadne. Za običnu groznicu daje se 10, 20, 30—50 centigrama i više chinina u obliku praška po njekoliko puta na dan. Proti velikoj toplini u bolesti daje se 5—25 centigrama za njekoliko sati. Isto tako daje se na dan 2—3 puta proti migreni itd.

CHLORALHIDRAT.

Chloralhidrat došao je za vrlo kratko vrieme na veliki glas te se na sve strane kao osobito dobar liek upotrebljuje ondje, gdje se čovjeku bud s kojega uzroka ne da spavati.

Ovaj liek nije, kao drugi ove vrsti liekovi, da iza sebe kakovih neprijatnih posljedica ostavlja.

Tko uzme tri grama chloralhidrata zaspi poslie ¼—½ sata, te spava spokojno i sladko njekoliko sati uzastopce. Kad se probudi, ne osjeća ništa neprijatnoga, kao što to biva, kad se drugi kakovi uspavljajući liekovi uzmu.

Na želudac nema chloralhidrat nikakova upliva; ni probava, ni stolica ne osjećaju od njega kakovu promjenu.

Chloralhidrat je izvrstan liek za uspavljivanje, nu ne može ujedno i da bol ublaži. Za to ga upotrebljuju oni, koji nemaju osobito jakih boli, već koji žele, da ih miran san okriepi. Chloralhidratom poslužit će se onaj, koji nema sna, jer se je duševnom radnjom utrudio i starci, koji od starosti spavati ne mogu itd.

Točnim promatranjem opazili su, da chloralhidrat i škoditi može, kad se duže vremena jedno za drugim upotrebljuje. Hrdjava strana chloralhidrata je ta, što može vrlo lako živčani sustav poremetiti; zato nije probitačno, da se bolestnik na neprestano uživanje chloralhidrata nauči.

Kada, i kako dugo smije bolestnik taj liek uzimati, može samo liečnik odrediti.

CIANO-LUŽIK.

Ciano-lužik (Cyankali) spada medju najsilnije i najbrže djelujuće otrove. Glavna sastojina otrova u njem je modričnina. Štogod je rečeno za ovu, valja i za ciano-lužik. (Vidi otrovanje modričninom.)

CIEPLJENJE BOGINJA.

Poznato je, kakova je blagodat po zdravlje i život čovječji ciepljenje boginja. Ovaj po čovječanstvo toli važan izum zahvaliti imamo englezkomu liečniku Jenneru, koji je prvi god. 1796. ciepljenje boginja uveo. U prijašnje vrieme ciepilo se humaniziranom limphom t. j. kad bi se na djetetu boginje ugnojile, skinuli bi onaj gnoj, te bi s njime drugo diete ciepili ili kalamili.

Malo po malo osvjedočili su se, da se s gnojem od djece prenašaju i bolesti na drugo diete; zato su počeli uzimati gnoj od boginja, koje se obično na kravljem vimenu same od sebe ospu.

Sada ima zavoda, koji stoje pod državnim nadzorom, u kojima se limpha ili cjepivo djece proizvadja, i to ovako:

Posve zdravi telići od sasvim zdravih krava, kad su do opredieljenog za to vremena porasli i dobro ugojeni, obriju se i sasvim se očiste te ih tad liečnik, koji se samo proizvadjanjem i razašiljanjem cjepiva bavi, na stanovitom mjestu i to najviše po trbuhu ciepi upravo onako, kao što se djeca ciepe, samo što se to ne čini na dva, tri mjesta, nego na mnogo mjesta. Poslie njekoliko dana naprave se čibuljice po teletu, a liečnik tad, kako vidi, da je cjepivo zrelo, skine ga s teleta, te ga pomno sprema u tanke staklene cievčice, koje su na jednom kraju sasvim zatvorene, a na drugom kraju, gdje se cjepivo u nju metne, zatvori se hermetično, da se cjepivo ne pokvari.

Kad telići od boginja ozdrave, prodadu ih, pa onda s drugima isto tako postupaju. I mi imamo zemaljski zavod za proizvadjanje cjepiva u Zagrebu, iz kojega dobivaju svi uredovni liečnici cjepivo za ciepljenje djece. Zakonom je odredjeno, da se samo s takovim animalnim cjepivom djeca ciepiti smiju.

Kako se boginje djeci ciepe, svakomu je poznato. Tri četiri dana iza ciepljenja digne se čibuljica, koja se 7, 8 do 9 dana nalije bistrom, vodi sličnom tekućinom. Poslie ova tekućina požuti, biva kao gnoj. Gdjekoja djeca su njekoliko dana nerazpoložena, imaju i slabu groznicu. Gnoj se počme sušiti, a i diete tad izgubi groznicu. Od gnojne čibuljice napravi se krasta. Poslie dvie tri nedjelje spadne krasta, a ondje ostane bjelkasta zarastica, koja se za svega života više ne izgubi.

Zarastica dobivena od ciepljenja, doživotno ostaje, ali sila, koja te čuva od boginja, oslabi, te se s vremenom sasvim izgubi, zato se mora ponovno ciepiti. U nas se drugo ciepljenje obično obavlja, kad diete prvih godina školu polazi, dakle oko 10. godine.

Njegujući ciepljenu djecu, valja osobito na čistoću paziti i da se mjesto, gdje je diete ciepljeno ne povriedi. Prvih dana, dok se čibuljice ne ognoje, neka se djeca svaki dan kupaju; kad se ognoje i kraste naprave, možeš njekoliko dana da ne kupaš diete.

Ako bi se rad čega mu drago čibuljice povriedile i ranjave postale, valja ih čistim zavojem poviti.

COCAIN.

Cocain spada medju najnovije, dragociene liekove. On se dobiva od biljke Coca. Domovina grma coca je Peru. Lišće mu naliči na kitajski čaj; u njegovoj domovini vrlo je cienjen. Kažu, da ima oživljujuću i kriepeću silu, zato Peruanci to lišće žvaču.

Već od duže vremena bavili su se iztraživanjem cocaina, ali su ga bili odsudili, da zaostaje za opijem i morfijem, dok nije mladi bečki liečnik dr. Koller u njem novo svojstvo odkrio, koje spada medju najbolja i najblagotvornija svojstva svoje vrsti. Tako je cocain za kratko vrieme došao na veliki glas i svestranu uporabu.

Koller je bio prvi, koji je raztopinu cocaina u oko kapnuo, pa je oko ovim liekom bezćutnim postalo, da su mogli krvave i težke operacije izvesti, a da bolestnik ništa ni osjetio nije.

Danas već nema očnog ličenika, koji se nebi u svom radu svaki dan cocainom služio.

Upravo se čuditi moraš promatrajući upliv cocaina. Jednom nesretniku frcnuo odlomak željeza u oko i tu se zadjenuo u rožnicu; bolestnik od ljute boli ne može oko otvoriti. Liečnik mu kapnuo u oko njekoliko kapi 4—5% raztopine cocaina, a bolestnik sam od sebe oko otvorio. On vidi, kako mu liečnik oštro orudje dovadja do rožnice, čuje, kako mu po rožnici struže i grebe, a pri tom ništa ga ne boli, te se sasvim začudio, kad mu je liečnik na ruku metnuo komadić željeza, što ga je bilo prije toliko mučilo.

Pita li liečnik svoje bolestnike: »jeste li što osjetili?«, obično će mu odgovoriti: »nisam ništa«.

Kad je trebalo u prijašnje vrieme praviti kakovu operaciju na oku, upotrebljavao se Chloroform; sada se već vanredno riedko ovaj način narkoze rabi, jer cocainom vrlo se lahko prave operacije, kad tko ima mrenu, kad treba vieštačkim načinom zjenicu razširiti itd.

Nadalje je za liečenje očnih bolesti radi toga od velike vriednosti, jer za čas razširi zjenicu. Tim se kao i sa atropinom brzo postigne, da se lahko sa očnom zrcalicom oko sa svoje stražnje strane pregledati može. Samo je kod cocaina ta razlika, što zjenica ne ostaje dugo razširena, kao što to biva kod atropina, te je svakako cocain bolji od atropina; jer kad se »atropin upotrebljuje, zjenica ostaje više dana razširena što vid, ako i prolazno, slabi, dočim upliv cocaina vrlo brzo prodje i zjenica se vrati u svoj prvašnji oblik.

Ne samo očni liečnici već i liečnici, koji se bave liečenjem bolesti grkljana i dušnika znaju se cocainom u svoju korist služiti. I oni mogu cocainom raznovrstne operacije izvesti, a da bolestnik nikakovih boli ne osjeća. I u drugim raznim prilikama počeo se cocain upotrebljavati, pa da ga baš za ništa drugo ne trebaju, ide ga velika zasluga radi svojstva, koje je dr. Koller u njem odkrio.

CRIEVO.

Crievo je kanal, koji se proteže od želudca do šupka. Kroz taj prohod ili kanal prolazi hrana, koju je želudac dovoljno samlio i izmienio.

Zadaća crieva je ta, da izluči valjane tvari, koje će za daljnju hranu tiela služiti, a one, koje nisu dobre, ni za hranu sposobne, da ih kroz šupak iztisne.

Crievo nam se predstavlja kao velika trublja, koja je na više mjesta različito debela, te su joj stienke mekane i elastične.

Ova je stienka prema nutarnjoj strani crieva prekrita opnom sluznicom, a na vanjskoj strani, koja gleda u trbušnu utlinu, prekrita je potrbušnicom; u sredini medju opnom sluznicom i potrbušnicom nalazi se dvostruki sloj mišica.

Opna sluznica nabrala se u naborima, gdje gdje su ti nabori kao izskočili, to su tako zvane crievne rojte. U tima rojtama kriju se veće i manje žliezde. U crievu ima i žilja pa i sokova. I živaca ima u njem vrlo mnogo.

Crievo je sve jedne dužine, al se dieli na debelo i tanko. Tanko crievo usadjeno je u želudcu, a debelo svršuje se šupkom.

Dvostruki sloj mišica, štono ga u crievu ima, čini da se crievo stezati ili suziti te i pružiti može, a ovo gibanje crieva upravo čini, da se ono, što je u njem, naprvo potiskuje. Ovomu gibanju kaže se **»peristaltika crieva«**. U normalnim slučajevima ide ovo gibanje od želudca prema šupku. U neredovitim slučajevima, kao što to biva, kad se crievo zauzla, prištine, natisne kojom oteklinom, gibanje ide protivnim pravcem, dakle prema želudcu, a ne prema izlazu crieva; ovomu protunaravnomu gibanju kaže se **»antiperistaltično«**, obratno ili naopako gibanje crieva; a u tom slučaju ide blato na usta, a ta se bolest zove **»Miserere«**.

CRIEVO DEBELO KAD IZPADNE.

Kad opna sluznica u debelom crievu otekne, zna kadkad tako popustiti, da iz šupka napolje viri; tada se veli: debelo je crievo djelomice izpalo (Mastdarmvorfall). No kadkada može sva stienka toga crieva izpasti, obično kad se tko vrlo sili, da na dvor ide.

Iz početka može ova neprilika brzo nestati, jer kad se čovjek prestane napinjati i tiskati, crievo se samo po sebi natrag povuče; no malo po malo može stienka sve to više da popušta, te već neće više da se vraća, kad prestane tiskati.

Kod male djece možeš često opaziti, da im crievo izpadne, a osobito poslie proljeva. Toj neprilici može se jednostavno doskočiti. Ako se crievo samo po sebi natrag ne povuče, namaži čist prst ili krpicu uljem, pa ga utisni kroz šupak. Činiš li to odmah, čim je djetetu crievo izpalo, možeš siguran biti, da ćeš uspjeti.

Kod odrasloga čeljadeta kadkad je nuždno, da se ono, što je izpalo, operacijom ukloniti mora. I kod odraslih čini isto tako, kao kod djece, ako crievo izpadne, pa se utisnuti dade.

Sjedeće kupelji u hladnoj vodi, škropice pravcem gore, mazanje paklenim kamenom ili cinkovom galicom, taninom ili stipsom, stisnuti će opnu sluznicu, te će se ona stegnuti i neće više izpasti, jer će biti čvršća i više kruta.

CRVOTOČINA.

Crvotočina (Bärlappsamen, Stupp, Lycopodium) (v. sliku 9.) upotrebljavala se prije kao liek proti kašlju-hripavcu, dapače i proti padavici.

U naše doba upotrebljuje se samo za posipavanje, kad se mala djeca ojedu. No i to se danas riedko kad čini, jer kad se diete čisto drži, dobro opere i osuši, a pelenice se često čiste mienjaju, ne će mu se tako lako koža ojesti.

Posipavaju se praškom od crvotočine i pilule, da se jedna uz drugu ne zaliepe.



Sl. 9. — Crvotočina.

CRVENA KITICA.

Crvena kitica (kičica, talovo, Tausendguldenkraut) ima u sebi gorkih sastojina; njezina gorčina vrlo dobro djeluje na probavu. Daje se od nje čaj, kad je komu probava poremećena ili kad je probava slaba. Za jedan obarak od 200 grama vode uzima se 5—10 grama suhe biljke.

Narod pije čaj od crvene kitice i za groznicu.

ČEPIĆI ZA STRAŽNJE CRIEVO.

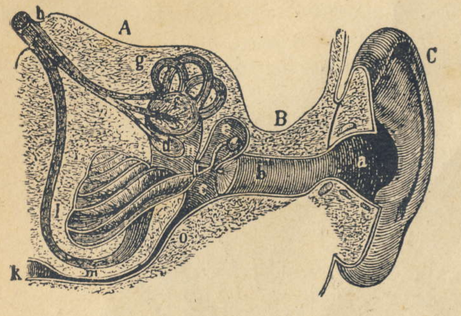
Čepići za stražnje crievo (Stuhlzäpfchen, Suppositorien) prave se u obliku štapića ili čunjka od voska i kakaovog masla, te se utisnu kroz šupak u crievo i to da stražnje crievo nadraže, da ne nastane zapor, — a upotrebljuju se kod male djece.

U njekoje čepiće za stražnje crievo meću se liekovi, od kojih bol prestaje n. pr. morfij. Upotrebljuje se, da se razdraživost umiri i da bol prestane.

ČULO.

Pod ovim imenom razumijemo organ sluha (Gehörorgan) sa svim organskim česticama, koje se na sluh odnose, te koje pripomažu, da možemo zvučne talase jasno čuti.

Na čulu razlikujemo tri diela. Prvi dio prima zvuk, to je **vanjsko uho;** drugi dio provodi zvuk ili ga šalje dalje, to je **srednje uho,** i najposlie treći dio, koji zvuk osjeća, a mi ga čujemo, to je nutarnje uho.



Sl. 10. — Organ sluha. — A, B. Kosti okolo njega; C Uška — a, b, slušni kanal ili sluhovnica; c) opna bubnjača; e) bubnjište; n) pridvorje; h) živac sluhovnik; i) puž; g) polukružni hodnici; l) živac spužnik; d) f) grančice pridvornih živaca; k) Eustahova trublja.

Vanjsko uho (vidi sliku 10.) najbolje se vidi od svih čestica čula. Ono se sastoji od uške ili kirice, taj dio uha je od hrskavice; njemu spada i slušni kanal, koji u dubinu vodi. Vanjsko uho nije od osobite važnosti za sluh, jer se je kod mnogih opazilo, koji su ma kakvim god načinom vanjsko uho izgubili, da su ipak dobro čuli.

Dosta puta možemo i nakazno uho viditi, a te nakaze mogu prirodjene biti ili da su istom poslie nastale. Ni one nisu po sluh opasne, ako samo s nakazom nije skopčana i koja nakaza nutarnjih čestica uha.

Nadalje spadaju na vanjsko uho sitne žljezdice, koje se tvore na vanjskom slušnom kanalu, te prave ušnu mast (slih, žuhčac, Ohrenschmalz). Na medji izmedju vanjskog slušnog kanala i srednjeg uha razapeta je elastična nježna kožica, koja se naziva opna bubnjača (Trommelfell).

U vanjski slušni kanal mogu dospjeti razna tjelesa ili su iz vana došla ili su se od njekoje bolesti u uhu stvorili. Strana tjelesa iz vana mogu biti čepići od vate, vuna, krpice, papir, kamenčići, igle, grah, grašak, kukuruz, staklena zrnca, dugmeta, koštice od voća itd.

U samom uhu mogu se tvoriti usirena krv, gnoj, ušna mast, komadići kosti itd. Ako takovo strano tielo ne povredi uho ili ne začepi vanjski slušni kanal, to ga može čovjek godine u uhu nositi, a da mu ništa ne škodi.

Drugo je, ako radi takovog stranog tiela nastane upala, jer je šiljasto ili jer podražuje slušni kanal ili napokon jer ga začepi. U tom slučaju mnogo puta stienke njegove natisnu istu opnu bubnjaču, uslied čega nastanu različne nervozne neprilike: šuštenje u nutarnjem uhu (pojav od refleksa) i jer takovo strano tielo kadkad i slušni kanal začepi, te zvučni valovi ne mogu u nutarnje uho prodrieti, pa čovjek će biti i nagluh, a može da bude i sasvim gluh.

Neprilike, koje radi toga nastanu, ako je što u uhu, mogu različite biti. Tako su opazili, da je gdjekoje diete dobilo padavičaste grčeve, jer mu je staklena kugljica u vanjskom uhu utisnuta bila; čim su kugljicu izvadili, prestali su i grčevi. Drugo njeko diete dugo se je patilo kašljem i bljuvanjem; mahom je i kašalj i bljuvanje prestalo, čim su izvadili grah, što mu je u slušnom kanalu zapeo.

Što ćeš činiti, kad što u uho zapadne ili se utisne? Jednostavan je to liek. Izvadit ćeš strano tielo. Najlakše i najsigurnije ćeš ga izvaditi, ako uštrcavaš u uho mlaku vodu.

Istom kad uštrcana voda ne bi pomogla, vadit će ga liečnik, po kojega ćeš poslati, instrumentima, koje su nalik na kliešte.

Obično je vadjenje s klieštama tek onda nuždno, kad se je neviešta ruka sama mučila, da izvadi što je u uhu, te ga neprestano još dalje unutra potisla.

Došav kakovo strano tielo u slušni kanal podražuje ga, te ovaj zna i oteći. Zato ako što u uho zapadne, ne treba ga vaditi šibicom, ukosnicom ili ma čim, već najbolje je, da se odmah liečniku povjeriš. Liečnik će znati, može li se uštrcavanjem izvaditi ili će trebati liečnički instrumenat.

Kad se izvadi, što je bilo u uho zapalo, ovo je ponješto razdraženo te ga treba začepiti čistom vatom.

Ako se mnogo ušne masti u uhu nakupi, da čak i vanjsko uho izpuni, djeluje na slušni kanal isto tako, kao drugo strano tielo, što u bitnosti i jest. Čep od ušne masti vrlo se sporo tvori; godine i godine treba dok bude tako velik, da sasvim začepi ušni kanal.

Iz početka čovjek i ne osjeća, da što u uhu ima, no poslie kad je mnogo te masti u uhu, zna čovjek od nje i oglušiti.

Dok se ovom masti ne začepi vanjski slušni kanal, zvučni talasi mogu se slobodno gibati i do opne bubnjače stići, te čovjek čuti može. Ali ako ušna mast, koja se u uhu već dobrano nakupila, promjeni svoj oblik ili položaj zato, što je možebit iz vana u uho došla takova tekućina ili ako se je uho potreslo, kao što to biva, kad tko padne ili se udari ili kad čime po uhu čačka, onda može ušna mast najedanput slušni kanal začepiti, tako da zvučni valovi ne mogu više do opne bubnjače doći, te čovjek težko ili nikako ne čuje.

Da može ušna mast biti povod, da čovjek ogluhne, ima jedan interesantan slučaj opisan u učevnoj knjizi za liečnike, koji se bave izučavanjem sluha. Opisao ga liečnik Tröltsch.

»Njeki već stariji čovjek vraćajući se noću iz gostione, gdje je veseo bio i nješto više, no obično pio, nabasa na kola te ga rudo udari; on padne i glavom o tarac tresne. Činilo mu se, da je četvrt sata onesviešten na zemlji ležao. Što je bilo uzrok, da je pao ili što

ga je rudo u glavu udarilo ili što mu se vince po glavi vrtilo, sam ne zna. No priznaje, da je bio, došav kući malo nakvasit t. j. pijan. Medju to se podigne i ode kući; tu je noć zdravo i mirno prospavao. U jutro sam se čudom čudio, a tako i svi domari, što je s njime, da je gluh ko top.

Pozovu liečnika; taj potresa glavom, da je ogluhnuo, što je nespretno pao. Stade domarima dokazivati, da je to vrlo ozbiljan slučaj, jer sigurno, da se bolestniku mozag potresao, a možebit da će mu se i krv po mozgu razliti. Bolestnik kaže, da ne osjeća, da ga što boli; ćuti da je sasvim zdrav. Ništa mu ne pomaže kazivanje ni dokazivanje. Ne daju mu jesti; odredili mu bolestničku dietu, meću mu kupice, mora liekove uzimati što tieraju na polje, muče ga još i na druge štokakve načine. On je gluh pa gluh. Bolestnik tjelesno i duševno sve više i više propada. Poslie njekoliko mjeseci dodje bolestnik k meni. Izpripoviedi mi sva svoja stradanja. Kad je dokrajčio svoje kazivanje, pregledam mu uši. Što nadjem pretragom? Da mu je slušni kanal u oba uha pretrpan ušnom masti. Pustim da ova mast nješto omekša, te je sa štrcaljkom izštrcam (vidi sl. 11.). Taj čas, čim je ušna mast iz uha izašla, bolestnik je sasvim dobro čuo, te bijaše izliečen. Ne samo da nije više gluh, već se izliečio i od melankolije, koja je na njeg napala od onda, kad mu se mozag potresao.«



Sl. 11. — Kako se štrcaljka za uho rabi.

Izvrstni liečnik za uhobolne, zaključuje svoju pripoviest, koju je u obliku predavanja saobćio, ovim znamenitim riečima: »Sjetite se, gospodo ovoga slučaja, kad pred vas dodju bolestnici, kojima bi bolest mogla biti u njekom savezu sa slušnim organom. Predstavite sebi položaj, duševnu tugu onoga bolestnika, koji se je radi gluhosti mučio postom, ljekarijama, melankolijom i umišljenim potresom moždjana. Vidite, kako se je bolestnik brzo i lahko izliečio i od gluhosti i od melankolije, čim je liečnik ušao u trag, što je pravi uzrok gluhosti, a i bolestnik se o tom podpuno uvjerio«.

Mnogi liečnik, koji se bavi s tom strukom liečničkog znanja, bio je više puta u stanju, da izlieči bolestnika jednim mahom, čim mu je iz uha izvadio tu nepriličnu ušnu mast.

Bolestnik, koji izgubi sluh, obično dodje u družtvu sa kojom osobom; ta pripovieda uzrok i tečaj gluhakove bolesti. Takav bolestnik obično je snužden, nerazpoložen, izraz lica otupio je, da kadkad izgleda takav čovjek, kao da je tupoglav ili malo šenut. Njegov pratioc kazuje, kako je bolestnik težku bolest prebolio, kako se je potresao, kako se je razhladio, kako su mu uho parili, kapali u uho ulje itd. Liečnik pregleda uho, uštrca vodu, tvrdi čep izpadne, pokaže ga bolestniku. Ovaj pun zahvalnosti izadje iz sobe veseo i dobro razpoložen; ne bi prepoznao u tom sretniku onoga žalostnoga i glupavog čovjeka, koji je prije malo vremena pun straha i očajanja u liečnikovu sobu stupio.

Treći i najvažniji dio vanjskoga uha je **opna bubnjača,** ona živo učestvuje kad se zvučni talasi provode u nutarnje uho, te dieli bubnju duplju od vanjske sluhovnice. Opna bubnjača je dosta napeta, uz čvrstu podlogu pripojena, gotovo ovisno stojeća koža.

Vanjska joj je površina okrenuta prema slušnomu kanalu, a nutarnja prema bubnjoj duplji ili bubnjištu; od nje je ova duplja svoje ime dobila.

Opna bubnjača sastoji se iz triju slojeva. Prvi sloj je nastavak kože od vanjske sluhovnice; drugi je opna sluzavka, kojom je i sve bubnjište prekrito Izmedju opne sluzavke i nastavka kože od vanjske sluhovnice leži opni bubnjači prinadležeće vlaknasto vezivo, to joj je treći sloj.

Po tom, što je jedan sloj nastavak kože od vanjske sluhovnice, a drugi je nastavak opne sluzavke, koja se od opne bubnjače po svem srednjem uhu širi, jasno je, da će se bolest vanjskoga i srednjega uha i na opnu bubnjaču protegnuti, jer su obje česti uha s njom u uzkom savezu.

Opna bubnjača kod slušanja ima ovu zadaću:

Zvučni valovi kroz ušku i vanjsko uho (vanjsku sluhovnicu) dopiru do opne bubnjače, pošto je ova kao bubanj u uhu razapeta, valovi udaraju na nju, potresu je, te ona zatrepti. To trepetanje prenosi se na slušne košćice, te se dalje proteže na najosjetljivije ustroje u nutarnjem uhu.

Zvučni talasi neprestano udaraju na opnu bubnjaču, te bi ova morala biti neprestano utisnuta, da se onaj zrak, što se u bubnjištu nalazi, opet iz nutarnje strane na polje ne potiskuje. Pita se, odkuda do-

lazi zrak u bubnjište, kad je opna bubnjača kao platno razapeta izmedju vanjskog slušnog kanala i bubnjišta. Taj zrak dolazi onamo kroz ušnu trublju, a u ovu **dolazi iz nosa, jer je bubnjište u savezu** sa ušnom trubljom. Ovako je opna bubnjača uviek pravilno napeta, jer zvučni talasi iz vana potiskuju ju unutar, a zrak u bubnjištu potiskuje ju na polje.

Opna bubnjača može oboliti, kad se mehanično povriedi, a to će se dogoditi, kad tko vanjsku sluhovnicu neoprezno čisti ukosnicom, žličicom, čačkalom itd. Može se dogoditi, da se ovakove stvari neoprezno odviše daleko unutra potisnu, kad na primjer tko koga gurne, kad se uho čisti, tad se može opna bubnjača i probosti.

Zdrava opna bubnjača može se od silnoga potresa, n. pr. kad tko na glavu padne, kad top pukne, kad tko koga po uhu silno čušne itd. puknuti; nu to se ipak često ne dogadja, kao što sviet obično misli.

Ako se opna bubnjača, koja je dosad uviek zdrava bila, čime povriedi, onda je bol tako silna, da se čovjek od nje i onesviestiti može.

Ako je ta opna obolila, pa se u toj bolesti prodre ili probode, bolestnik od tog nikakove boli ne osjeća.

Kad se povriedi ili ozledi, može kadkad brzo ozdraviti, a da se nikakova upala ne pojavi, obično u tom slučaju, ako je i bol silna, opet brzo prodje.

Drugačije je, kad se upala kod opne bubnjače pojavi.

Što se tiče sluha, to onaj, komu je opna povredjena, istina slabije čuje, nu to samo za kratko vrieme; ako je prije sasvim normalna bila, bolestnik će do skora ozdraviti i opet sasvim dobro čuti.

U slučajevima, gdje je čovjek prije slabije čuo i to zato, jer je opna bubnjača kriva bila, što se zvučni valovi nisu mogli brže preneti u nutarnje uho, opazilo se, da je čovjek bolje čuo, kad mu se je opna prodrla. U drugim slučajevima, kad se opna povriedi, čovjek osjeća bol, čuvši njekoje zvukove ili mu se čini, da mu u uhu nješto šušti.

U tom hipu, kad se opna povriedi, čovjek osjeća silan šum ili strašan prasak. Nu sve te neprilike izgube se, čim uho ozdravi, ako nije već bolestno bilo prije, nego se je opna prodrla.

Treba je čuvati, da se više ne povriedi, a to ćemo postići, ako vanjsku sluhovnicu začepimo vatom. Ne valja uštrcavati ili kapati što u uho, jer ne pomaže, dapače može prije škoditi.

Bolestnik treba da je sasvim miran i mora se čuvati svega, što bi na veći pritok krvi prema glavi poticati moglo. Nadalje neka pazi, da se jako ne napinje, kad kiše ili kakogod tiska.

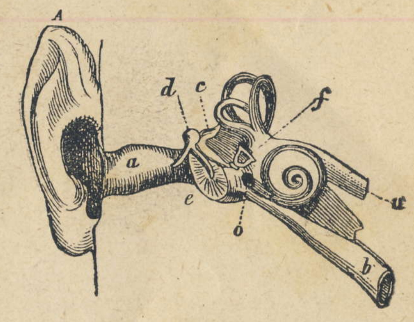
Kad se bolestnik ovako čuva, obično će brzo ozdraviti, jer će se ozleda srasti. Ako bi se ipak upala opne pojavila, treba se odmah liečniku povjeriti. Mnogi je samo s toga ogluhnuo, jer se je svakojako prije sam liečio, dok je liečnika u pomoć zvao.

Srednji dio uha sastoji se od **Eustahove ušne trublje, bubnjišta** i **bradavičastih stanica.**

Ušna trublja je što koščani, što hruskavi kanal, koji čini savez izmedju nosa i ždriela te bubnje duplje. Hruskavi otvor ušne trublje leži uza stranu nosnog prostora (ždrielnog prostora, Nasenrachenraum), te je kroz nos za inštrumente lahko pristupan, to jest kroz nos može se instrumentima lahko doći do hruskavoga diela ušne trublje. Ona je presvučena opnom sluznicom, a ta opna je nastavak opne sluznice u nosu, te zato i opna sluznica u ušnoj trublji strada, kad sluznica u nosu oboli. Hruskavi dio u odrasloga dugačak je 20 do 25 milimetra, a košćani dio 10—15 milimetara.

Već smo prije spomenuli, da zrak dolazeći iz bubnju duplju čini, da je napetost opne bubnjače pravilna i njezin rad uredan; kazali smo i to, da u tu duplju dolazi zrak kroz bubnju trublju.

Da dakle zrak iz bubnje duplje na opnu kako treba djelovati može, treba da je duplja zraku pristupna, a to će biti, ako je kanal trublje dovoljno širok, da zrak kroz njeg proći može. Neobhodno je dakle nuždno, ako želimo da dobro čujemo, da bude trublja u savezu sa vanjskim zrakom, te da kroz ušnu trublju slobodno strujati može.



Sl. 12. — Uho sa ušnim košćicama. — A Uška; a) vanjska sluhovnica; b) Eustahova trublja; c) nakovanj; d) čekić; f) stremen; o) okrugla rupica; n) živac sluhovnik; e) opna bubnjača.

Drugi i to najglavniji dio srednjega uha je **bubnjište** (Paukenhöhle). U njoj se nalaze oni ustroji, tako rekuć aparati, koji s jedne strane iz vana sa opnom bubnjačom primaju zvučne valove, a s druge su strane spojeni sa nutarnjim uhom, koje osjeća utisak zvučnih valova. Ovi aparati zovu se ušne košćice, a ima ih tri: čekić, nakovanj i stremen. Najbliže do opne bubnjače leži **čekić** (vidi sl. 12.); on se je donekle i srastao sa ovom opnom. Na čekiću razpoznajemo: glavu, vrat i držalo.

Na njem vidimo kraći i dulji nastavak. Za čekićem, tik uz njegovu glavu, naslonio se **nakovanj**. Na njem razlikujemo trup i dva kraka; jedan leži vodoravno, a drugi okomito ili uzpravno. Najdolinja čest ovoga kraka spojena je s trećom ušnom košćicom, sa **stremenom**.

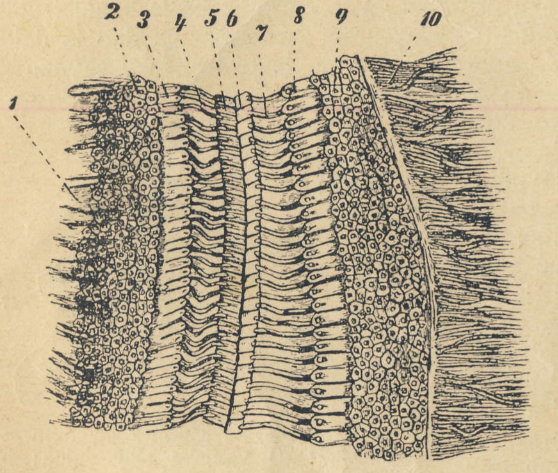
Na njem možemo razpoznati glavicu; ona je spojena sa nakovanjem. Od glavice protežu se dva kraka, koje opet spaja uzpravna ploča.

Ova je pričvršćena uz dugoljasti prozorčić.

Ove koščice tako su tiesno jedna s drugom spojene, da svako trepetanje opne kroz njih do dugoljastog prozorčića dopire i u tom upravo leži osobita važnost za sluh. Zvučne valove, štono su iz vana udarili na opnu, privode ove košćice onim organima, koji osjećaju utisak zvuka. Slušne košćice nisu medju sobom čvrsto srasle, već su spojene sa nježnim sglobovima. Bubnjište pokrito je veoma nježnom sluznicom, a ta je nastavak opne sluznice u ušnoj trublji.

Govoriti nam je još o najvažnijem dielu čovječjega uha, naime o onim česticama, koje osjećaju utisak zvučnih valova.

O toj česti čovječjega uha profesor Gruber u Beču kaže: »Priroda je ovaj najvažniji dio čula (najvažniji dio s toga, jer osjeća utisak zvučnih valova) zaklonila u dubljinu; tamo obkolila ga čvrstom koščanom ogradom, te ga k tomu još i iz vana nadkrila koščanim krovom. Te kosti toga krova tako su čvrste i tvrde, kao nijedne na drugom dielu čovječjega kostura. Ta jaka obrana i jest nuždna, jer nutarnji dio uha prenježan je, te zato treba da je smješten ondje, gdje mu neće tako lahko što-god naškoditi moći.«



Sl. 13. — Cortiev organ od ozdo, 550 puta povećan. 2, 9. stanice; 3—8 Cortieva vlakanca; 10 ovdje se živac sluhovnik širi.

U nutarnjem uhu razlikujemo: **pridvorje, tri polukružna hodnika i puža.**

Pridvorje smješteno je medju tri polukružna hodnika i puža. Okrugli i i dugoljasti prozorčić spaja pridvorje sa bubnjištem. Okrugli prozorčić vodi iz bubnjišta k pužu. Tu leži pridvorni vodovod. Ona **tri polukružna hodnika** odvajaju se na stražnjem dielu pridvorja. Po onom, kako u uhu leže, nazivaju se gornji, doljnji i stražnji hodnik.

Puž se odvaja s doljnjega kraja pridvorja i to s prednje strane i čini takodjer prohod ili kanal, tako zvani pužni kanal.

U njem leži **Cortiev organ** (vidi sl. 13.). Ovaj ustroj mnogo naliči na tipke na glasoviru, a ime mu je od onoga, koji je ovaj ustroj od-

krio. Unuk glasovitog Corti-a bio je prije nekoliko godina majorom u generalnom štopu u Zagrebu.

Cielo nutarnje uho nazvali su poradi njegovoga čudnoga ustroja nedohod ili **labirint**.

U svim kanalima nutarnjega uha ima njeka tekućina, tako zvana labirintna voda. Ova voda sve kanale medju sobom spaja, te ujedno splaka najkrajnije ogranke slušnih živaca, Cortiev organ.

Trepetanje opne bubnjače nastaje tako, da zvučni valovi udaraju o opnu; ovo trepetanje prenaša se na slušne košćice stremenom i pomičnom košćicom, koja je na dugoljastom prozorčiću, te koja je i s onom pločom sa pridvorjem u savezu; slušne košćice prenesu trepetanje na vodu u labirintu. Voda se od tog trepetanja giba, te podražuje Cortiev organ, ovaj prenosi to podraženje kao osjećaj zvuka u mozag i tako **čovjek čuje**. Dobro pamti, čovjek čuje, ako je slušni živac u svom daljnjem toku prema mozgu normalan i ako je mozag sam zdrav.

Spomenuli smo, da je Cortiev organ nalik na tipke u glasoviru. Gibanje labirintne vode na tipke možemo uzporediti sa tipkanjem čovječjih prsta po glasoviru.

Čuti ćemo bolje ili slabije kako je jače ili slabije trepetanje, koje iz vana do labirintne vode dopre, te koje se i na skrajnje ogranke slušnih živaca prenese.

Svi bolestni pojavi onih čestica, koje zvuk osjećaju, kao i te čestice same još su dosta gustom koprenom tajne i tame pokrite te s toga ne može ni o njihovom liečenju govora biti.

Liečnička znanost do sada došla je samo do spoznaje, da li je poremećenom sluhu uzrok to, što nije sve u redu u onim organima, koje zvuk primaju i dalje provode ili u onima, koji zvuk osjećaju. U prvom slučaju poremećeni ustroji pristupni su za liečenje, te se možemo nadati, da će od njeg i pomoći biti, jer nesposobnost funkcioniranja nije absolutna. Kosti na glavi djeluju kao jeka te prenose zvučne valove na stienke labirinta, a ove opet potresuju labirintnu vodu. Ako su dakle ustroji, koji zvučne valove osjećaju, povriedjeni, to može čovjek i opet ozdraviti i čuti.

DALEKOVIDNOST.

To je osebno stanje oka, pri kojem je očinja jedarka (Augapfel) takovog oblika, da se radi kratkoće očne osovine zrake svjetla ne mogu na mrežnici oka sjediniti, kad je predmet blizu oka, zato se jasno ni ne vidi; tek ako zrake svjetla iz daljine dodju, tad se valjano na mrežnici sjedine, te se predmet dobro vidi. Takovi ljudi, kojima je oko na taj način ustrojeno, bolje vide iz daljine, nego iz bliza; zato

im se kaže, da su dalekovidi. Ti ljudi moraju nositi očale, u kojima je staklo tako brušeno, da može zrake sabirati.

U starosti su ljudi obično dalekovidi, te moraju, da nose očale, ako žele, da dobro vide čitati, pisati itd.

DIFTERIJA.

Difterija je najopasnija bolest, od koje djeca stradaju. Ova bolest dobila je ime svoje po Francuzu Brettonneau od grčke rieči »Diphthera«, što znači koža, jer je taj liečnik najglavnijim obilježjem smatrao kožicu, koja se na oboljeloj česti od difterije tvori. Prije su smatrali tu bolest, da se samo na jednom mjestu javlja, u novije doba smatra ju većina liečnika bolešću cieloga organizma.

U obće se može za difteriju kazati: ona se pokazuje u ždrielu, a dolazi iz zaraze. Misle, da su počela ove zaraze gljivice, jer ih možemo naći na oboljelom mjestu i u istoj krvi onih, koji od difterije boluju.

Liečnici, koji kažu da diftrija i zadavica (Bräune) nije jedna te ista bolest, prave izmedju obima bolestima ovu razliku: Difterija je zarazna, zadavica nije.

Nova kožica, koja se u ždrielu kod difterije opaža, ima na sebi obilježja razpadanja, gnjiloće, zadavica toga nema; istina i kod zadavice tvori se nova kožica, ali ta ne ima obilježja gnjiloće. Difterija može napasti na svakoga, od zadavice samo djeca stradaju. Kod difterije oteknu žlijezde na dolnjoj čeljusti, te se i gnoje, dok kod zadavice ovo se ne opaža. Osim toga kod difterije pojavljaju se kljenuti i krvne bolesti, zadavica za to ne zna.

Nije svaka difterija jednaka, ima je i slabije i jače. Kad djeca stradaju od **slabije difterije**, imaju ili sasvim slabu groznicu ili nemaju nikakove; osjećaju, da su slaba, malo ih glava boli, kad gutaju, muče se svaki put i lice od boli izkrivljuju. Ako pogledamo u ždrielo takvom djetetu, vidit ćemo male pepeljave pjegice; ove se sve to više povećavaju i najposlije imaju spodobu krpice; može da je samo jedna takova pjegica, a može da ih više zajedno ima. Poslie njekoliko dana te se krpice lupe, nestaje ih, a na njihovom mjestu opaža se samo površno, crvenkasto ognojavanje, iz kojeg lahko krv curi. Malo po malo ovo se ognojavanje izgubi i diete ozdravi. Diete može se razboliti, ždrielo ognojiti i opet sve proći, a da diete nijedan dan nije moralo odležati. Ovakovu difteriju ne treba liečiti.

Drugčije je, kad diete dobije **jaku difteriju**. Istina kad kad i ovakova difterija počima olahko, tako da nikakova osobita obilježja čovjeku u oči ne padaju; nu to je vanredno riedko. Obično počima jaka difterija sa bljuvanjem, jakom groznicom, nemilom glavoboljom i buncanjem. Diete uz najveće boli jedva gutati može; kad govori, glas mu kroz nos ide, mnogo bala ima i te se kao sluz otežu. Što pojede, vraća mu se opet na nos i na usta. Doljnja čeljust i žliezde iste čeljusti oteknu. Kad pogledamo takovom djetetu u ždrielo, vidit ćemo velike krpicama slične pjege, koje sasvim ružnu boju imaju. Ovakove krpice ne samo da vidiš na krajnicima (žabicama), već se šire i po jezičcu, na mekanom nebcu, na onom mjestu, gdje je jezik usadjen, na stražnjoj stienci ždriela i u nosu. U mokrači ima bjelanjka. Iz nosa, u kom se difterija zalegla, teče smrdljiva tekućina. Groznica može vanredno žestoka biti ili je na časove neobično jaka, pa onda opet na časove nenadano popušta. Žliezde se ognoje i kad se probiju, teče vrlo smrdljiv gnoj.

Ako se difterija dalje po dušniku širi, to ćemo imati podpunu sliku onoga, kao kod zadavice (vidi ovu).

Čim se dalje ova bolest širi, krv se raztruje; možeš to poznati po tom, što diete spopadne neobično jaka zima, na to jaka vrućina, ravnodušno je za sve i krv mu iz nosa poteče. Najposlie diete sve to više oslabi, srce nema više snage, da vrši svoju dužnost i diete umre.

Smrt ne čeka svaki put, da se diete do tog stepena izmuči. Kod difterije možemo biti pripravni, da diete svaki čas svrši.

Ako bi ipak od ove bolesti ozdravilo, to će se vrlo težko oporaviti i tek iza dugog vremena sasvim ozdraviti. Težku difteriju ne preboli diete uviek bez kakovih posljedica. Obično iza takove difterije ostaju različite kljenuti i velika malokrvnost. Kljenut može se pojaviti kod mišica, koje se upotrebljuju pri gutanju; uslied toga ne može diete pravo gutati, dapače mu je težko i da valjano govori. Kljenut mišica u grkljanu uzrok je, da mu je govor sasvim slab, a može da je i posve bezglasno. Kljenut u očnim mišicama čini, da diete krivo gleda i da predmete dvostruko vidi.

Osim kljenuti u rečenim mišicama znadu biti kljenute noge i ruke, pa mišice debelog crieva i mokraćnog mjehura.

Svaki organ, kojega je snašla kljenut, strada, on ne može pravo da vrši svoju dužnost.

Difterija se pojavljuje ili samo kod pojedinog djeteta ili bukne epidemično; u ovom, kao i u onom slučaju difterija je zarazna. Ona je ili samostalna t. j. ona se kao bolest sama za se pojavi ili je tek družica drugih bolesti, kao što su: škrlet, ospice, boginje, kašalj hripavac itd.

Opasnost difterije označuje se po tom, kako se u isto vrieme pojavljuje. Ako se samo ovdje, ondje pojavi, opasnost je slabija.

Kao kod svake epidemije, tako i kod ove zarazne bolesti, moramo nastojati, da se zdravo od bolestnoga što više udalji. Ako nije moguće, da našu zdravu djecu odpravimo u drugo mjesto, gdje difterije

nema, to ih bar čuvajmo, što bolje možemo, da ne obće sa bolestnom djecom.

Difterija lieči se stranom kao bolest obćega organizma ili kao posebna bolest.

Da se djetetu gutanje olakša, daje mu se u usta komadiće leda. Da se u ždrielu od upale gnjiloća ne pojavi, dati ćemo, da si diete grlo pere, da grglja sa mlječninom razriedjenu 4—5 postotaka; onda neka pere grlo ili grglja sa chlor-kiselim ili mangano-kiselim kalijem. Od chlor-kiselog kalija uzme se raztopina 3—5% jaka, a od mangano-kiselog kalija $^1/_5$% raztopine. Ove raztopine možemo djetetu uštrcati u nos i usta, ako ne zna grgljati.

Vrlo pomaže, da diete udiže zrak od karbolovine ili od benzoeve kiseline. Kako se ova daje djetetu udisati, kaže se kod kašlja hripavca.

Nadalje moramo nastojati, da groznica što prije prodje i da se diete od slabosti što prije oporavi. Za ovo upotriebit ćemo često pranje cieloga tiela hladnom vodom, chinin i crno vino ili u obće žestoko piće, na pr. cognac, ruski čaj s rumom itd. Čim više djetetu žestokoga pića dajemo, tim bolje.

Difterija zahtieva bezodvlačnu liečničku pomoć, kako se prvi pojavi pokažu.

Dan danas lieči se difterija uspješno Behringovim »ljekovitim serumom«, koji se liek bolestnomu djetetu uštrca pod kožu. Dok je prije umrlo 50—60 postotaka od difterije oboljele djece, to sada od kada se Behringov serum uštrcava, umire jedva 10—11 postotaka od difterije oboljele djece.

Behringov serum djeluje još i zato blagotvorno, što će zdravu djecu u obitelji, u kojoj je od difterije bolestno diete, uštrcanu s tim liekom, očuvati od difterije, tako da se ne moraju odieliti od bolestnoga djeteta, kad su uštrcana Behringovim liekom.

DIJETETIKA.

Ima ljudi, koji se podpuno zdravi ne osjećaju, a opet nisu tako bolestni, da bi morali u postelji ležati. Oni obično obavljaju svoje poslove, obće sa svietom i idu u ljudska družtva.

Takovi ljudi moraju si život udesiti (uredjeno živovanje, propisan način življenja, Diaet, da im neprijatnosti, kojima su po svom pobolјevanju podvrženi, snosnije budu; oni se moraju držati njekoga reda i paziti na se bolje, nego drugi; oni se moraju s dijetetikom sprijateljiti.

Ove vrsti bolestnika diele obično na pet odiela; na bolestnike, koji stradaju od kožne bolesti; kojima ustroji za disanje boluju; koji pate od nepravilnog obticanja krvi; kojima su organi probave bolestni i napokon, kojima centralni živčani sustav strada.

Kod njekojih kožnih bolesti može sav drugi tjelesni ustroj zdrav biti; u tom slučaju može bolestnik, kod svoga načina života ostati, samo mora na kožu svoga tiela paziti i valjano ju njegovati. Ova njega sastoji se ponajprije u najtočnijoj čistoći; a to ćeš postići, ako svoje tielo kupaš i ako često promieniš rublje i posteljinu.

Da takav bolestnik što prije ozdravi, mnogo mu pripomaže **čisti zrak**. Poznato je, da je koža donjekle i organ za disanje, pa jer koža ne može svojoj svrsi da odgovara, kad se na nju bolest natovari, s toga mora bolestnik nastojati, da disanje, koje sada pluća izključivo sama vrše, podpomaže, a taj rad najbolje će podpomagati, ako živi u takovim prostorijama, u kojima je zrak čist i zdrav; uz to neka su sobe svjetle i prostrane.

Spavaća soba, ležeća na sunčanoj strani, koja se dobro provjetriti daje, nuždna je i najzdravijemu, a oni, koji kakovu kožnu bolest imaju, upravo bi morali u takovoj sobi spavati; tim više treba da u takovoj sobi počivaju, ako se mažu sapunom ili jako mirišućom mašćom.

Još je nuždnije, da u zdravoj, zračnoj i svjetloj sobi i danju i noćju počivaju i prebivaju bolestnici, kojima su njekoji ustroji disanja bolestni. Takovi bolestnici neka ni danju ne idu u prostore, gdje je zrak pun praha, dima, kakove pare ili gdje ima ma kakovo izparivanje. Moraju se jako dobro čuvati od vjetra, vlage, mokrine i u obće od prehlade.

Ne smiju se baviti napornim radom, pri kojem se mišice jako umore, bilo to hodanjem ili kakovim ručnim poslom; jer se ovakovim naprezanjem rad srca usili i disanje biva jače i brže; s istoga uzroka strogo im je zabranjeno, da piju žestoka pića i da se uzrujavaju.

Što je za ovakove bolestnike rečeno, valja i za one, kojima bolest dolazi od poremećenoga obticanja krvi. I za nje može vrlo opasno biti žestoko piće, naporni tjelesni rad i duševna uzrujanost.

Koji imaju kakovu bolest na organima probave, neka naročito na **hranu** paze. Neka jedu jestvine, koje se lahko probavljaju; smiju samo toliko jesti, koliko je od prieke potrebe.

Ozdravljanje podpomaže šetnja u čistom i svježem zraku, valjana njega kože, trljanje i pranje hladnom vodom i redovita stolica.

Tko strada od bolesti živčanog sustava, neka mu je najglavnija briga, da izbjegava sve, što ga razdražiti ili uzrujati može. **Mir tjelesni i duševni** to je za takvoga bolestnika najbolji liek.

DISANJE VJEŠTAČKO.

Kod svake vrsti obamrlosti (kad tko zamre), bilo ono, da nastane, što se je tko objesio, ugušio udisajući škodljive plinove, utopio ili što novorodjenče obamrlo na sviet dodje, — najprikladnija pomoć je

vještačko disanje. Pod ovim imenom razumievamo vještačku pomoć, kojom oponašamo naravno disanje; a to je ritmičko razširenje i stezanje grudišta, kojim se pobudjuje, da zrak u prsa ulazi i iz pluća izlazi, kao što to kod pravoga disanja biva.



Sl. 14. — Vještačko disanje po dru. Marshal-Hallu, 1. tempo.

Sa vještačkim disanjem, koje se mora duže vremena strpljivo ponavljati, budi se malo po malo prirodno disanje obamrloga, te se opet životu vraća.



Sl. 15. — Vještačko disanje po dru. Marshal-Hallu, 2. tempo.

Osobito su dva načina, kojima se vještačko disanje pobudjuje. Oba načina nose ime po svom izumitelju, a to je Marshal-Hall i Silvester.

Marshal-Hall opisuje vještačko disanje ovako: Najprije očisti grkljan unesrećenog. Blagim načinom okreni ga na lice (vidi sl. 14.),

podloži mu štogod pod čelo, u tom položaju izlit će mu se sva tekućina (kod utopljenika i novorodjenčeta), jezik će mu napried spasti, pa će mu se tako otvoriti prolaz u organe disanja.



Sl. 16. — Vještačko disanje po Silvestru, 1. tempo.

Ako ne bi unesrećeni disati počeo, ako mu je tko drugi štogod oštra držao pod nos, to nesretnika, koji je dosad na licu ležao, te koji je sa prsima na niečem povisokom ležao, okreni na stranu i



Sl. 17. — Vještačko disanje po Silvestru, 2. tempo.

malo ga više natrag nagni (vidi sliku 15.), pa onda ga opet brzo na lice i prsa spusti. Ovako radi po prilici 15 puta u jednoj minuti. Kadkad promieni stranu, na koju unesrećenog okrećeš, i onda svaki put,

kad na licu leži, pritisni mu jednako ledja i grudište sa strane. Ne valja da ga pritisneš, pa onda odmah okreneš.

Dok ga tako okrećeš, neka mu tkogod sa vunenim krpama tare ruke i noge u pravcu prema srcu.

Silvestrova metoda je ova: Nesretnika položi na ledja; glava i prsa neka su povisoko (vidi sliku 16.); liečnik ili tomu vješta osoba, koja stoji nesretniku čelo glave, neka uhvati obamrloga izmedju laktova i podlaktice te neka ih podiže uzgor, tako da mu se ruke blizu glave skoro dotiču. Kad ih je tako jedan hip držao, spusti ih opet u prijašnji položaj, uz to s njima grudište postrance pritiskujući (vidi sliku 17.).

Spuštajući ruke podpomagat će vieštačko disanje oprezno pritiskivanje grudišta i trbuha.

Profesor Schultze u Jeni preporučio je ovaj način vieštačkog disanja kod novorodjenčeta. Drži diete s obrazom od sebe okrenutim medju razkoračenim nogama tako, da palceve položiš djetetu nad ključice, kažiprst metni u pazuho, a drugi prsti ostaju na ledjima. Držeći tako diete, podigni ga gore i napried, da mu se trbuh prema tebi prekobaci i k prstima približi; kad se diete opet spušta, udalji se trbuh opet od prsiju, pa ćeš pri tom mnogo puta čuti, kako zrak izlazi. To prevraćanje mora se više puta ponavljati. — Da ti se ne bi diete iz ruku izmaklo, dobro ćeš učiniti, ako mu metneš na pleća kakovu krpu, pa da ga onda držiš.

DOBA ŽIVOTA.

Ono vrieme, koje je čovjek proživio od dana svoga rodjenja, kaže se njegova doba života ili viek. Po tom, kako je kada ovo vrieme duže ili kraće, kako je s kojom dobom uzko skopčan razvitak tjelesnih i duševnih sila i sposobnosti razlikujemo:

1. dobu napršćeta ili sisančeta.

To je ona doba, koja se računa od dana rodjenja do onoga vremena, kad majka prestaje svojim grudima diete hraniti, jer mu ova hrana nije više dovoljna, da dalje valjano napredovati može. Evo naravske granice toj dobi: probijanje zubića u djeteta. Doba sisančeta je najkraća i može se smatrati kao prvi dio.

2. dobe djetinstva.

Ovaj odjel života čovječanskoga počima svršetkom dobe sisančeta, kad naime prvi zubi mliečnaci probiju, a svršuje se kad prvi zubići izpadaju i drugi niknu. Sad nastaje

3. doba mladosti.

U ovoj dobi razlikujemo već i u govoru spol. Govorimo o dječaku i djevojčici, a kasnije o mladiću i djevojci ili dievi. Ova doba počima

se, kad poniknu drugi zubi, a svršuje se kad je čovjek spolno dozrio.

Sliedeća doba, u kojoj je tjelesni ustroj čovjeka savršeno razvit, zove se

4. doba zrelosti.

Tjelesne i duševne sposobnosti čovjeka došle su sad do svog najvišeg vrhunca, t. j. one se više dalje ne razvijaju. Ova doba mogla bi se i dobom razplodbe nazvati. Ona se svršuje kod mužkaraca bez osobitih obilježja, kod žene ima znatna promjena t. j. prestaju se tvoriti plodonosna jajašca, ona izgubi svoj cviet (mjesečninu). Kod mužkarca svršuje se dakle ovo doba svršetkom vremena zrelosti, a kod žene gubitkom sposobnosti za radjanje. Sad nastaje kod inače zdravoga svieta nieko mirno stanje u tjelesnom ustroju; to je ono vrieme kad čovjek deblja. Sile za rad popuštaju, energija oslabi, hrana se pretvara u tustinu (mast, salo).

Malo po malo gubi se i volja da se čovjek obilnije hrani, tjelesni ustroj počima propadati.

Tkiva u organizmu gube svoju žilavost, kosti postaju mekušave, mišice sahnu, koža omlohavi i vehne, jer je

5. doba starosti

kucnula na vrata čovječjega života. Svi ustroji bivaju za dosadanji rad tromi, tielo se već ne može opirati nepogodama i malo po malo presahne izvor snage, koji podržaje čovjeku život; čovjeku je sada red — umrieti.

Obično se dieli čovječji život na 4 dobe, doba djetinstva, mladosti, zrelosti i starosti. Ovdje smo podielili ove dobe na pet česti, jer smo djetinstvo podielili na dvoje. Time smo htjeli da bolje označimo naravski razvitak čovječjega ustroja. Svaka ova doba ima ustroja, koji se u svoje stanovito vrieme razvijaju i osobitim djelovanjem odlikuju; pa upravo zato i jesu ti ustroji u ono doba najčešće bolesti izvrženi.

Tako pripada dobi sisančeta, da se razvijaju ustroji za probavu, zato ti ustroji onda najviše i stradaju.

U dobu djetinjstva spada probijanje zubića, razvitak mozga i otvrdnuće kostiju. U toj se dobi najviše pojavljaju bolesti moždjana, — bilo ovo u savezu sa probijanjem zubi ili ne, bolesti sglobova ili sastava kostiju, — englezka bolest, itd. U toj dobi dolaze osipi, koji su groznicom skopčani, kao što su crvenac, ospice i dr. Najviše ima čovjek da boluje od ovih bolesti, kad je još diete, riedko kad da boluje dvaput od jedne te iste bolesti, a upravo izvanredni su slučajevi, da odrasli od njih boluju, zato se i zovu te bolesti, bolesti djetinstva.

U dobi, kad djeca školu polaze, najmanje se pojavljaju bolesti, koje su sa razvitkom ustroja skopčane, nu i ova doba ima svojih zala, o kojima je govor kod razmatranja o polazku škole.

U dobi mladosti najviše stradaju djevojčice od bolesti, koje su u savezu sa njihovim razvitkom; amo spadaju mjesečnine uz bolove i bliedobolja. Nenaravski način života, poslovanje i zabave u toj dobi često su povod bolestima pluća i izkrivljenju hrbtenice.

Mladiću u to doba prieti opasnost, da ga zločesti primjeri ne zavedu; nu neka bude pripravan i na posljedice istih.

U dobi zrelosti ne opažamo bolesti, kojima bi uzrok bio razvoj tiela. U toj dobi kod mužkarca najviše dolaze bolesti od napora u poslovanju i načinu života; — u žene uslied trudnoće i radjanja.

U drugoj polovici ove dobe najčešće strada tielo od opasnih oteklina.

Dobi starosti pripadaju bolesti, koje dolaze odtuda, što su pojedini ustroji iznemogli, te ne mogu više opredieljeni rad valjano obavljati, i što su oslabili, te se ne mogu više nepogodama opirati. Stradaju pluća, želudac, crieva, srce i bubrezi, jer im sokovi nisu više u stanju, da se onako obnavljaju i izmjenjuju, da se život krepko uzdrži. K tomu se pridružuje i to, što sama narav uslied propadanja sokova stradajući organizam u ozdravljanju manje pomaže; to je uzrok, zašto bolesti, koje su bile u drugoj kojoj dobi lahke i neznatne, u starosti mogu biti smrtonosne.

Prema tomu je i umiranje u različitoj dobi čovječjega života različito. Od četiri živo rodjene djece umire prve godine po jedno. Počam od 3. do 5. godine smrtni su slučajevi sve to redji, tako da od onih, koji su 20 do 30 godina stari od 80 do 90 njih za jednu godinu po jedan umre. Od 30. godine počam smrtni slučajevi opet češći bivaju, tako od 15 ljudi, koji su 60. godinu doživili, svake godine po jedan umre.

DOBRAC.

Dobrac (mrase, Masern) je jedna od najobičnijih djetinjih bolesti; on je veoma zarazan. Zaraziti može sve, što iz pluća od dobraca bolujućeg dolazi; dakle zrak, koji bolestnik izdiše i sluz, koju izbacuje. Nadalje su veoma zarazne bolestnikove suze, krv i njegova kožna izparivanja. Najbolji dokaz, da je tomu tako, jesu pokusi učinjeni sa rečenim tvarima; ciepili ili kalamili su s njima zdrave osobe, pa su ove isto tako od dobraca obolile.

Dovoljno su se osvjedočili, da je i zrak rek bi otrovan u sobi kod bolestnika, koji ima dobrac; jer je bilo slučajeva, da su zdrave osobe bivale u sobi kod takovog bolestnika, a da ga se nisu ni dotakle, pa ipak su od dobraca obolile.

Čovjeka se zaraza od dobraca veoma lahko prima; a osobito je zaraza u dobi djetinjeg života veoma opasna. Samo sisančad zna dobrac kadkad poštediti.

Odrasli slabo kad od dobraca boluju, a to zato, jer tko je jednom dobrac prebolio, riedko kada ga po drugi put dobije, jer je obično tu bolest kao diete pretrpio.

Akoprem se dobrac zna u svako doba pojaviti, to ima ipak kadkad u isto vrieme mnogo bolestne djece; tad se kaže, da je dobrac epidemičan. U vrlo napučenim gradovima češće ima takovih epidemija, nego po selima. Mnoga epidemija je sasvim lahke naravi i bez opasnosti, diete neznatno boluje i opet brzo ozdravi. A u gdjekojoj epidemiji znaju djeca vrlo i smrtno bolovati, pa mnoga od te bolesti i umru.

Da li će epidemiju dobraca djeca lahko preboliti ili će od nje mnogo stradati, zavisi od nepogode vremena, od doba godine, a po svoj prilici i od mjestnih prilika, gdje se je epidemija pojavila. Zaraza dobraca biti će jako žestoka, ako je prva osoba, koja je dobrac dobila, bila već prije slaba i boležljiva ili ako u inače nepovoljnim prilikama živi, na pr. ako stanuje u vlažnim sobama, koje se slabo provjetriti dadu; ako kožu svojega tiela dobro ne njeguje itd.

Ako je bila epidemija kašlja hripavca, prije nego je dobrac buknuo, to on kao da je predteča dobraca i njegov pomagač.

Zaraza ne djeluje odmah, čim se tkogod zarazio; od dana zaraze do onda kad dobrac bukne, prodju 10—12—14 dana. Može da se je tko zarazio od dobraca, pa je još sasvim zdrav, a već može i sam drugoga zaraziti, akoprem je na očigled još sasvim zdrav, te ćeš istom poslie njekoliko dana na njem opaziti, da boluje od dobraca. Tako se širi epidemija dobraca medju školskom djecom.

Na kojoj se djeci dobrac opaža, neka ne polaze više školu, te neka ju pohadjaju tek onda, kad se je koža iza bolesti oljuštila i bolestnik se okupao, dakle kada bolest ne može više prelaziti na druge.

Ono vrieme, kad se je tko zarazio, te je još sasvim zdrav, do dana, kad se bolest pojavi, zove se **inkubacija**; za ovim sliedi **predteča bolesti**. U to vrieme djeca su umorna, bole ih sglobovi, imaju glavobolju, često puta ih jeza (zima) prodje, a na večer dobivaju i vrućicu. Ova obilježja još su tako neznatna, da čovjek i ne sumnja, da se kakova opasna bolest razvija. Ovim obilježjima u skoro se pridružuju bolovanja dušnika, grkljana, nosa i očijuh. Diete često kiše, teče krv iz nosa, kašlje, idu mu suze na oči, te ne može u svjetlo gledati. U isto vrieme biva i groznica jača. Ovako može 4—5 dana potrajati. Nu može biti, da djeca ni jedan dan ovako ne boluju; a to je obično onda, kad bolest nije opasna. Tada bolest počima osutkom.

Opažaju se na licu bolestnikovom crvene točkice, koje se nad površinom kože uzdižu; kad prstom preko kože predješ, osjećaš, da je koža malo hrapava. Ako pogledaš takovom bolestniku u usta, opazit ćeš sasvim dobro, da ima na mekanom nebcu okruglaste, crvene, velike pjege. Ovo ti je najsigurniji dokaz, da diete dobrac ima. Za 20—24 sata dobrac t. j. osip se je po svem tielu razišao i svi drugi pojavi došli su do najvišeg stepena. Ako pogledaš kožu bolestnikovu u to vrieme, to ti se vidi šarena. Ona mjesta, koja su od osipa poštedjena, sasvim su zdrava, te je koža ondje blieda; po ovim obilježjima razlikuje se dobrac od škrletine.

U tom obliku, naime sa osipom, medju kojim su zdrava mjesta ostala, traje dobrac 24—36 sati.

Ono vrieme, kad se dobrac izdade i dok osip traje, kaže se da je dobrac u cvietu (Blütezeit); poslie toga crvena mjesta na koži pobliede, groznica i druge neprilike popuste i za 6—8 dana dobrac se izgubi. Iza ovoga koža se ljušti, te odpadaju sasvim sićušne ljuskice. Bolest se je primakla kraju, čim se je sva koža oljuštila. Tako počme i prodje dobrac, koji će diete lahko preboljeti.

Sasvim je drugče stanje kad će diete opasno bolovati, da može i životom platiti. Već iz početka svi su pojavi opasni. Bolestnik ima vrlo veliku vatruštinu, kadkad se život bolestnikov od velike slabosti za kratko vrieme iztroši, već poslie njekoliko sati, još prije, nego se je dobrac sasvim razvio. Na sreću ovakovi su slučajevi i za vrieme jake epidemije vrlo riedki. Njekoji put radi dobraca ustroji disanja jako stradaju; zna se pojaviti upala grla (zadavica) i upala pluća, te bolestnici u ovim bolestima umiru. Kadkad uz dobrac ide kašalj hripavac, difterija, dapače i vodeni rak (Noma). Kao posljedica dobraca ili bolesti, koje se poslie dobraca pojaviti znadu, jesu: sušica, užgalina očiju, bolesti uha, otečene žliezde itd. Sve ove bolesti javiti će se odmah ili sa dobracem zajedno ili istom kad dobrac prodje. Na svu sreću i ti su slučajevi vrlo riedki, samo ako je epidemičan dobrac i to jako silan, tad su i takovi slučajevi dosta česti.

Bolest prodje kao i kod lahkog bolovanja za 2—4 nedjelje.

Ako dobrac nije jako žestok, tad ne zahtieva posebnoga liečenja. Glavno je, da se pazi, da zdravi ne dodju u doticaj sa bolestnikom. U najviše slučajeva jedva je moguće očuvati se od zaraze.

Ako se je bolest izdala, brini se, da je bolestnik u zdravoj sobi, koja se dobro provjetriti može; toplina u sobi neka nije veća od 13—14 stupnjeva R. Bolestnika ne pokrivaj težkim pokrivalom, pazi, da mu ne udari bliještajuće svjetlo u sobu; noću zastri svieću ili lampu, da zraka ne udari bolestniku u oči.

Daj bolestniku juhe ili mlieka; kadkad možeš mu i kuhanoga voća

dati. Piti može soda-vodu sa malinovim sokom, a ako mu se ne će, može i samu vodu piti.

Ako dobrac nije žestok, ljekarije su suvišne.

Pridruži li se dobracu druga koja bolest, tad se ova po liečniku liečiti mora.

Kad se počme koža ljuštiti, neka se bolestnik svaki drugi dan kupa. Poslie 2. ili 3. kupanja može iz kreveta ustati, a poslie 3—4 dana iza prvih kupelji smije i iz sobe izaći.

Po prilici tri nedjelje poslie toga, kako su se prva obilježja ove bolesti pojavila, može se kazati, da je bolestnik prebolio, t. j. ako uz dobrac ili poslie njega ne dodje kakova druga bolest.

Kod gdjekoje djece počima dobrac trzanjem, grčevima i zahlipcima.

Kadkada pojavi se osip, pa se opet izgubi; tomu je kriva druga kakova opasna bolest, koja je uzrok, da se je krv izpod kože u nutarnje ustroje povukla.

Osip je crveniji s večera i na onim miestima, koja su pokrita; a to dolazi odtuda, što bolestnik obično s večera groznicu ima, pa mu je tad i toplina veća, a pokrita koža s toga se više crveni, jer na onim mjestima je obično pritok krvi silniji.

Ne može se tvrditi, da ne bi dobrac i drugi put napao na osobu, koja ga je već jednom preboljela, ali ipak riedko biva.

DOJENJE.

Svakoj ženki iz roda sisavaca, dala je priroda ustroj, koji je izključivo za hranjenje njenog podmladka opredieljen. I čovjeku, kao kralju svih stvorova, dala je priroda takav životni izvor. I ženka u ljudskom rodu ima poput inih sisavaca ustroj, koji je na to pozvan, da hranu za novorodjenče pripravlja; dobio je i oblik, kako će novorodjeno hranu iz njega lahko crpiti. Taj ustroj je grudna žliezda ili **dojka** (sisa).

Kada ženskinja postaje spolno zrela, onda se i ta žliezda razvija; svaka ju mjesečnina razdražuje. Ovo razdraženje rekao bi da ju pripravlja na rad, kojega će imati, da na koncu trudnoće i poroda vrši.

Prolazne promjene u dojci proizvadja svaka mjesečnina, a stalnu ili pravu promjenu vrši trudnoća. Dojka za vrieme trudnoće biva veća, oko dojne bradavke napravi se tamni kolobar i još prije, nego što će se diete roditi, počme se iz dojke tekućina ciediti, koja doduše ni po svojstvu, ni po množini pravom mlieku ne naliči. Poslie poroda počima redovito izciedjivanje iz dojne žliezde.

Prvoga, drugoga, a kadkad i trećega i četvrtoga dana mlieko je žuto i gusto, malo po malo izmieni se tako, da je najprikladnija hrana novorodjenčetu, koja se ničim drugim zamieniti ne može.

Ovim riečima dovoljno je kazano, da je priroda darovala ženi sredstvo — a tim darom učinila ju obveznom, — da svoj porod doji i svoju grud za hranu dotle mu pruža, dok se na toliko razvije i ojača, da se može i drugom hranom hraniti i svoj daljnji razvitak omogućiti.

Da promotrimo tri, u tom pogledu najvažnija pitanja.

Kako treba da se obavlja dojenje? Koje posliedice ima dojenje za diete i mater i koje žene ne smiju dojiti?

Novorodjenčetu je samo dvoje nuždno: hrana i san. San se kod zdravoga djeteta samo onda prekida, kad ga oblada glad; zato neka bude pravilom: prvih nedjelja života djetinjega, čim se iza jutra probudi, okupaj ga, presvući, čistu mu posteljicu pripravi, daj mu onda da sisa sve dotle, dok mu opet san na oči ne dodje. Kad je diete nekoliko dana staro, možeš početi s njegovim odgojem, t. j. da se doji u razmaku od 2—3 sata. Ovakova razdioba ne će samo djetetu dobro doći, jer će se na red naučiti, već će i materi valjati, ona će moći lahko slobodno vrieme drugim dužnostima posvetiti, te će i laglje poslove obavljati, nego kad svaki čas djetetu trči i s njim se bavi, čim se ono razplače.

Od takvoga urednoga dojenja najveću hasnu ima samo diete; jer će hranu dobro probavljati, te s jedne strane ne će želudac pretrpati, a drugo, ne će ni glad patiti.

Dojeći diete neka žena pazi, da izmjenice prsa dade, sad desnu dojku, a poslie lievu. Tako će biti dosta vremena, da se opet mliekom nalije i držeći se reda, ne će se obe u isto vrieme naliti ili izprazniti. Ako su prsa prepuna, po majku nije dobro; ako su opet prazna, diete pati glad.

Mlieko u materinjoj grudi postaje povećanim pritokom krvi; ova je naime materijal, iz kojega se mlieko tvori. Po ovom dakle sve, što ima upliv na tvorbu i kolanje krvi u matere, utiče i na svojstvo i množinu mlieka u njezinoj grudi; zato će svaka umna žena, koja diete doji te koja se za dobro svoga dojenčeta svojski stara, načinu svoga života osobitu pažnju posvetiti. Ona će se kaniti jela, koja se težko probavljaju i koja nadimaju; jer neuredna probava u matere osvećuje se na množini i dobroti mlieka u dojkama.

Liekove neka pije samo u nuždi, jer oni prelaze u krv, a iz krvi u mlieko, izuzam ako bi se diete takovim putem imalo liečiti. To isto valja i za opojna pića. Koja je žena navikla, da pije pivo, ne valja i ne smije, da joj se uzkrati, jer ono podpomaže pripravljanje mlieka te je i hranivo. Ako je običavala piti malo vina s vodom, slobodno joj se to može dozvoliti.

Duševnih uzrujanosti — bile one da proizlaze s dobre strane ili od kakove nesreće ili neprijatnosti, — mora se dojeća žena strogo čuvati. Uzrujanosti vrlo hrdjavo utiču na mlieko.

Dojilje u obće ne imaju mjesečnine; ako bi je dobila, ne treba zato diete odbiti; neka ono i dalje sisa, samo neka mu se u to vrieme riedje prsa dadu; ne trebaš se bojati, ako diete ono dana malo više plače ili ako mu je stolica neuredna; čim mjesečnina prodje, sve će opet po starom poći.

Kad prvi zubići probiju, doba je, da se diete odbije; nu pri tom će umna majka i drugo što u obzir uzeti. Slabo diete, bolest djece, koja možebit baš u ono vrieme vlada, velika vrućina, jesu prilike, koje ne dopuštaju, da se diete odbije, akoprem je već do to doba doraslo. Najsgodnije je, da se diete odbije s proljeća ili u jesen, t. j. ako je vrieme prijatno, da se s djetetom može svaki dan na čisti zrak.

Kao glavno pravilo neka služi svim dojećim ženama, — bile one prave majke ili dojilje, — da za vrieme dojenja ne napuste svoj dosadanji rad, uz to neka paze na uredni način života, na dobru koštu i neka rade sve, što su do sad radile; razumije se, da taj posao ne smije da nadmaši njihove sile. S kakvim su se poslom prije poroda bavile, taj mogu slobodno raditi i kad diete doje. Žena, koja diete doji, mora imati redovitu stolicu; nadalje se mora kloniti zabava, koje bi ju uzrujale i noćni mir prekratile. Najbolje je, da spolnomu združenju sasvim izbjegne.

Kako blagotvorno majčino mlieko na život i zdravlje djeteta djeluje, najboljim dokazom je broj smrtnih slučajeva medju djecom, koja majčinu grud ne poznaju i onom, koja tu nebesku hranu dobivaju.

Ne samo da je pomor bez majčinog mlieka odhranjene djece vrlo velik medju sirotinjom, nego se i u otmjenom svietu vidi prevelik broj prerano pokopane djece ondje, gdje su majke samo po imenu majke, a ne i po činu.

Ako koja sirota svoje diete ne doji, nego ga iz ruke hrani, nije joj toliko zamjeriti; ona mora da radom svojih ruku svagdanji svoj kruh zasluži, pa kad bi uz naporni rad još i diete dojila, sile bi joj sasvim klonule, jer nema čime, da se pokriepi i nadomjesti, što gubi, dojeći diete.

No ako sama svoje diete ne doji ženska, koja u boljim prilikama živi, onda ne samo da je neprijateljica zdravlja, napredka i života svog poroda, već i sebi nanaša štetu. Eto kako! Materica poslie poroda steže se, te se sve malo po malo umanjuje, dok ne dodje opet do onoga oblika i veličine, kojega je prije trudnoće imala. Ako se ona podpuno ne stegne, nego ostane velika, onda je prema veličini i težka, a težka materica uslied vlastite težine lahko promieni ili izgubi svoj položaj; sa nepravilnim položajem jave se odmah sijaset

različitih bolovanja, koje podpuno ozdravljenje otežćuju i ženi daljnji život dosadnim, a kadkad upravo i nesnosnim učine.

Dojenje ima veliki upliv na matericu, da se ona opet vrati na prvobitni oblik i položaj, te da bude žena podpuno zdrava.

Materica kao i dojna žliezda u osobitom su savezu medju sobom. Svako draženje, koje se tiče dojne žliezde, protegne se i na matericu. Takovo draženje biva svaki put, kad diete sisa, te protežući se i na matericu čini, da se ova bolje steže; time dojilja i neznajući materici podpomaže. Žene, koje doje, najbolje znadu, da je tomu tako; one sasvim dobro osjećaju, kako im se materica steže, kad diete sisa. Dojenje samo kaže, od kakve je koristi; za to bi žena i sebi za volju morala da doji svoje diete.

Žalibože ima žena, koje se moraju izključiti od te dužnosti. Ovamo spadaju ponajprije one, koje bi svojim mliekom mogle prenieti bolest i na diete, kao što su duševne i živčane bolesti, sušica pluća, kronični kožni osip, ulozi i bludobolja. Radi akutnih bolesti, kao što su upala trbušnih ustroja, reumatizam sglobova, kožni osipi, upala pluća, dapače i pošalina, ne smije se dojenje prekinuti, izuzam ako mlieka u ovim bolestima nestane.

Na izpucale i ranjave dojne bradavke dobra majka mnogo se ne obazire, već i na dalje diete doji; one obično na skoro ozdrave. Koja žena ima gadne gnojnice na dojci ili na drugom kojem mjestu, bolje čini da sama ne doji; dok neznatna ognojavanja i male otekline nisu nikakova zaprieka, dapače uz dojenje mogu i brže proći, kao što to biva s oteklinama u dojci.

Dojiti ne mogu žene, koje imaju sasvim malene ili nemaju nikakvih dojnih bradavaka ili koje imaju takav oblik, da ih djetinja usta ne mogu uhvatiti, na pr. utisnute bradavke. Napokon ne mogu diete dojiti žene, kojima se u prsima sasvim malo mlieka tvori ili koje ga nikako nemaju. Pod ovim ne razumije se pomanjkanje mlieka prvih dana iza poroda. Ako u prsima poslie poroda malo mlieka ima, to se marom i uztrajnošću mnogo puta postići može, da ga malo po malo sve više bude i najposlie ga ima toliko, da i preteče.

Još jednom budi toplo preporučeno svim ženama, da lahkoumno ne uzkrate, možebit iz taštine i lahkoumnog uživanja štokakvih zabava, svojemu djetetu tu jedinu, za život i zdravlje njegovo najprikladniju hranu, — majčino mlieko.

Čast je za kneginjicu, kao i za siroticu, da sama doji svoje diete.

DUHAN.

Akoprem ova biljka narkotične sastojine u sebi ima, to se ipak ne ubraja medju liekove, već se broji medju užitke ili slastila. Duhan

niti hrani, niti poji: on samo draži, a to draženje za pušača je uživanje.

Duhan se u različitim oblicima kao cigare, cigarete, duhan za lulu, baguš i burmut uživa, potieče od biljke »Nicotiana tabacum«, kojoj je pradomovina Amerika, a po svoj prilici i Azija. Kad je Kolumbo na svom prvom putovanju god. 1492. pošao na otok Kubu, našao je ondje duhan, te ga tu upoznao. Ime Nicotiana dali su biljki po Jeanu Nikotu, koji je uveo duhan u Francezkoj. U Hrvatsku i Slavoniju donieli su ga Turci u prošlom stoljeću.

Nikotin je značajna sastojina duhana; do sada nije nadjen u nijednoj drugoj biljci. Nikotin je po životinjski organizam vanredno jak otrov, te je u ovom djelovanju sličan modrikavoj kiselini. Ako dodje u čovječje tielo čist, djeluje takodjer kao žestok otrov.

Akutno otrovanje duhanom i nikotinom riedko se kad opaža. Lahki slučajevi nagloga otrovanja nikotinom jesu oni, koje često vidjamo kod mladića, koji se nisu još privikli na pušenje. Ovima se na jedanput smuči, vrti im se u glavi, bljuju, imaju proljev, lice im probliedi kao krpa, znoje se, ruke i noge drhću, omamljeni su, pak se onesviešćuju, napokon zaspu, a kad se probude, boli ih glava.

Kronično otrovanje nikotinom djeluje najopasnije, a najčešće podkapa tielu zdravlje. Baš što nikotin djeluje malo po malo, to se otrovanje pokazuje tek onda, kad je organizam već zasićen i napunjen tim otrovom, i onda je najveća opasnost.

Kronično otrovanje je ono, kad se govori o šteti, koju nam duhan donaša. Pušenje djeluje štetno na razne organe tiela, na ustroje u vratu, na živce, na oči, na želudac, na crieva, na srce, a napokon štetuje zdravlje radnika u tvornici duhana.

U obće duhan više škodi zdravlju, nego što bi mu koristio, ako i ne nastaju znatne bolesti. Tko se dakle nije naviknuo pušiti, komu duhan još nije potreban, tko više za to puši, što i drugi puše, taj neka se kani pušenja, služit će svojemu zdravlju.

Ako se tko otruje nikotinom, najbolje je, da traži u liečnika savjet, jer nisu svi ljudi jednaki, pak je i otrovanje nikotinom u ovoga slabije, u onoga jače.

Otrovati se može čovjek i šmrkanjem (šnofanjem) burmuta i žvakanjem duhana (baguša).

Kad se tko jače otruje nikotinom, biva mu mučno, bljuje, dobiva proljev, koža ohladni, bolestnik drhće, slabi i onesvješćuje se, disanje biva težko, spopadnu ga grčevi, te napokon umre.

Ako se tko burmutom ili žvatanjem duhana otruje, daj mu da pije vina od bluvnjaka svaki deset minuta jednu žlicu, dok ne počme bljuvati ili mu prstom ili perom škaklji po ždrielu. Daj mu onda

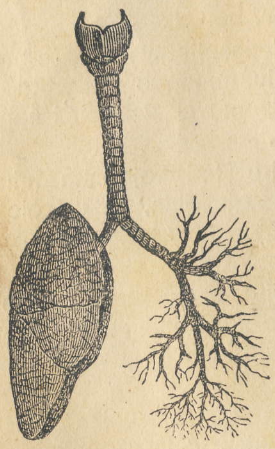
trieslovine (tanina) po jednu kavenu žlicu na čašu vode, neka uzme svaki put toliko, koliko na jedanput gutati može.

Glavu mu polievaj hladnom vodom, na zatiljak i na listove metni gorušičnu kašu ili gorušični papir. Daj mu da pije crnu kavu, vina ili Hoffmanovih kapljica. Ako je nesretnik obamro, upotrebi vieštačko disanje.

Oni, koji burmut šnofaju, pate od navale krvi u glavu, a to je znak otrovanja; silno kucanje srca, nesvjest, slab vid, pokvaren želudac opazit ćeš kod onih, koji duhan žvataju.

Kod osoba, koje još nisu dorasle, a mnogo duhana puše, pojavljaju se kadkada živčane bolesti i slabost očinjeg vida. Takovi ljudi neka se kane cigare pušiti, koje se prave od duhana, u komu ima mnogo nikotina i koje pri izgaranju pored dima od duhana izvode i dim od papira.

Narodu služi suhi duhanov list namazan s medom za privijanje, kad tko ima reumatične boli i uloge.



Sl. 18. — Pluća, dušnik i dušnice.

DUŠNICE (BRONCHIEN).

Na onom miestu, gdje se dušnik u grudnu utlinu spušta, razciepi se ovaj na dvie velike grane, od kojih se opet svaka za se na više ogranaka razdieli (vidi sliku 18.). Na kraju ovih krajnih grančica vise plućni mjehurići, kao fini grozdići.

Svi ovi putevi jesu za disanje ustrojeni, te priliče na glavce stojećem drvetu, komu je deblo dušnik, grane i grančice su veće i manje razgranjene cievčice dušnika i dušnica, a lišće i plod su plućni, zračni mjehurići.

DVOKOLICA.

(Vidi koturanje.)

DVORBA BOLESTNIKA.

Nema sumnje, da mnogo puta gdjekojim nutarnjim bolestima liekovi vrlo malo pomažu, kadkada su i sasvim suvišni; ali zato treba da je dvorba bolestnika tim valjanija i savjestnija. Liečnik ako baš

nikakav liek i ne prepiše, može svojega bolestnika bez brige ostaviti, kad zna, da mu je bolestnik u dobrih ruku i da će mu dobra njega i izkusna podvorba liek nadomjestiti.

Tri su stvari na koje dvorba bolestnika osobito pazi: **soba, postelja i bolestnik sam.**

Prije svega neka je u bolestnikovoj sobi uviek čist **zrak.** Ovo ćeš postići, ako držiš neprestano jedan prozor otvoren. Ako ovakovu obnovu zraka bolestnik podnieti ne može, treba posrednim načinom, da čist zrak u sobu dodje. To čini ovako: u bližnjoj sobi, koja je uz bolestnikovu, otvori prozor i vrata. Ako nije moguće, da budu cio dan otvoreni, a to ih drži ovako barem po njekoliko sati na dan. Razumije se, da iz ove sobe ima voditi otvoren prozor ili vrata u bolestnikovu sobu.

U ovoj mora da je **mir**; zato treba izabrati sobu, u koju ne dolazi nikakav štropot ili šum; ako je moguće, da je sasvim odieljena t. j. da u njoj ne žive ujedno i zdravi i da u nju ulaze samo osobe, koje s bolestnikom posla imaju.

Ta soba neka je prostrana, da je uviek dovoljno zračna. Neka je dosta **svjetla**; noću neka je svjetlost umjerena i takova da ne zaudara; lampe, u kojima gori petrolej, nisu za bolestničku sobu. Na prozorima neka su zastori ili kapci, da se može bolestnik očuvati od prejake sunčane svjetlosti i od sunčane pripeke.

U takovoj sobi treba zimi da je **peć**, koja svoju toplinu naglo ne mienja, već koja umjereno i jednako sobu grije. U bolestnikovoj sobi obično je dovoljno 14—16° po R.

U sobi kod bolestnika mora sve biti čisto. Iz nje mora se ukloniti sve, što hvata prašinu. U sobama, gdje leže od sušice bolujući, ne smije se nikakova prašina trpiti. Iznesi vunene zastore, debele ćilime i sve vrsti namještaja i nakita; jednom riečju sve, što je u sobi suvišno. U njoj neka su samo posve gladki predmeti, koji se lahko dadu prati.

Pod treba svaki dan počistiti, a češće i vlažnom krpom obrisati. Sobu valja provjetriti više puta na dan, a osobito kad je bolestnik nuždu svoju svršio.

Što je od jela preostalo, nečisti sudovi, izmetine, prljava rubenina i posteljina ne smiju se u sobi držati, nego se moraju odmah iznieti.

Neugodni vonj u bolestnikovoj sobi uništit ćeš karbolovinom, aromatičnim octom, raztopinom soličnog vapna 1 : 40. Ovu raztopinu metni u kakovu posudu, pa ju drži u bolestnikovoj sobi. Prskanjem ili karbolovom raztopinom brže će nestati neugodnog vonja te će se uništiti škodljive klice, koje se možebit u zraku nalaze, mnogo bolje i prije, nego kad se soba čim kadi, što je mnogoputa bolestniku upravo nesnosno.

Treba paziti, da svjetlo, koje iz vana dodje i svjetlo, koje se po noći pali, ne udara bolestniku u oči.

Bolestnička postelja neka je tako namještena, da joj je čelo uz zid, a da se s druge tri strane slobodno bolestniku pristupiti može. Ne smije postelja biti ni blizu tople peći, ni blizu prozora ili vrata, da ne bi propuh bolestniku naškodio. Postelja neka je dosta prostrana i dugačka, te neka je na njoj sve uredno. Za podlogu služe najbolje madraci (strunjače, strunom napunjeni dušeci). **Posteljina** neka je uviek čista, zato treba da se često mienja. Ako je bolestnik težko bolestan, pa svrši nuždu u postelji, treba pod njeg podložiti povošteno platno, da se posteljina ne kvari; ovakovo platno meće se bolestniku izpod ponjave. Pod glavu meću se obično perjem napunjeni jastuci; najgornji neka je strunom napunjen.

Za pokrivanje služe obično pamučni pokrivači (jorgani); ovi neka su lagani. Ako je bolestnik naučen, može se pokriti lahkom perinom.

U slučaju, kad bolestnik težko diše, podmeću mu se pod gornje tielo jastuci; da dolje ne spuza, metne mu se pod noge tvrd jastuk. Ako je bolestnik tako slab, da se ne može sam pridići, sveže mu se čelo nogu konopčić ili ručnik, a za ovo se bolestnik prihvati, kad hoće sam da se digne.

Ako je bolestniku hladno, ugrije mu se postelja ciglama, bocama sa vrelom vodom, koje treba da su čvrsto zatvorene. Isto tako može se postelja ugrijati s kesicama, u kojima ima vrućeg pepela ili pieska. Ako je bolestnik u postelji, uviju se te stvari suhom i čistom krpom.

Nadalje pazi da na krevetu, na kojem tielo bolestnikovo počiva, nema kakovih mrvica, kvržica ili nabora na ponjavi. Na to valja osobito paziti kod onih bolestnika, koji nisu podpuno svjestni, te ne mogu kazati, gdje ih što boli ili žulja (tišti). Mnogo puta diete viče i bolesnik se proleži, jer ga nabor ili šav ponjave žulji.

Namještaj bolestniku, ako je moguće, postelju s jutra i s večera, i nastoj da se posteljina svaki dan provjetri.

Ako prilike dopuštaju, najbolje je, da bolestnik u jutro i u večer legne na čistu i zatopljenu postelju, kojoj su se pojedini dielovi preko noći ili preko dana provjetrili.

Rublje bolestnikovo neka je lagano i naredno, često puta ga mienjaj.

Izvanredno su riedki slučajevi, da promjena rublja bolestniku škodi, ali nema sumnje, da nečisto, od znoja vlažno rublje bolestniku uviek škodi, a nikada mu ne služi na zdravlje.

Čista rubenina i posteljina osvježi bolestnika te djeluje na nj kao kakova kupelj, akoprem ju samo nepodpuno nadomješta. Dakako, da treba rublje prije nego će ga bolestnik obući, dobro ugrijati. Pri tom

ćeš paziti, da mu oprezno i lagano nečistu svučeš, a tako čistu obučeš, da se bolestnik što manje giba.

Bolestniku vrlo pomaže, ako se **često presvlači**. Treba ga presvući, ako se znoji tek onda, kad znojenje prestane. Prije nego ćeš ga presvući, obriši ga izpod pokrivača čim suhim i toplim. Košulju ćeš najlakše ovako presvući: odkopčaj sve kopče, presvuci bolestniku košulju povrh glave, pri tom neka bolestnik izpruži ruke nad glavom. Tim redom mu čistu i ugrijanu košulju obuci. Kada bolestnika presvlačiš, neka mu je cielo tielo pod pokrivačem.

Ako se ne može bolestnik sam **umiti**, neka to dvorilja čini. Nastoj, da svaki dan usta i zube opere. Ako je u velikoj vatri, neka mu dvorilja često puta kapne koju kap vode u usta i neka mu mokrom maramicom na časove ustne pokvasi. Dobro je, da se takovomu bolestniku ustne namažu finim uljem ili mašćom.

Davajući bolestniku **hranu i liekove**, strogo se drži odredbe liečnikove. Milosrdje i ljubav prema bolestniku neka te ne zavedu, da udovoljiš molbi njegovoj, kad kaže, da mu ne daješ liek, jer je oduran, te mu se ne će, da ga guta. Isto tako nemoj poslušati, kad hoće da što jede, a liečnik je to jelo zabranio.

Dobro pazi na bolestnika, koji je razdražen ili je u vatruštini, pa nezna, što je s njim. Dvorilja ili bolničar neka ga miri blagim načinom. Ako ima tkogod, da bude noću kod njega, neka se ta osoba preko dana prospava, da uzmogne noću bistra i krepka biti.

Tko dvori **bolestnika, koji ima priljepčivu bolest**, neka ne jede i ne pije kod njega, te neka rukama ne dira svoja usta i oči. Ruke neka takova osoba mije svaki put, kad je s bolestnikom posla imala, i to ne samo vodom, već sapunom i keficom. Kad izadje iz bolestnikove sobe, dobro će učiniti, ako gornje haljine presvuče. Dvorilja neka ima na sebi dugačku pregaču i tako veliku, da sve haljine pokrije, te neka se dade prati.

Dvorilja neka dobro pazi na sve oko bolestnika, neka pazi na svaku promjenu kod njega i osobito na disanje, jer o tom treba svaki put liečnika izviestiti.

Kad se po krčanju u prsima osjeti, da se je u dušnicama nakupilo sluzi, dobro je da bolestnika malo izpraviš, da se lakše izkašlje. Ne treba mu dopustiti, da hračke (pljuvotine, sluz) opet proguta, nego ga valja naputiti, da izpljuva u pljuvačnicu, u kojoj ima malo karbolne raztopine ili i čiste vode. Nikad ne dopuštaj da bolestnik pljuje na pod ili u maramu.

Postupaj sa bolestnikom što ljubeznije možeš, ali budi pri tom i dosta ozbiljan. Zabavi ga što više prijaznim razgovorom, koji će mu goditi. O njegovoj bolesti izrazi se samo onoliko, koliko je nuždno, i

to gledaj, da mu samo sve povoljno i utješljivo kažeš. Blagim načinom spomeni, da bi i na gore okrenuti moglo, ako ne bi htjeo poslušati i činiti, što liečnik nalaže.

Dopusti, da ga tkogod pohodi, samo kad to liečnik dozvoli. Tko ga pohodi, neka je za njega simpatična osoba. Nitko neka se ne bavi dugo u bolestnikovoj sobi, jer odulji posjet može mu dosadan biti, pa može i kakovu želju ili nuždu imati, koju se ustručava izraziti pred stranim čovjekom.

O dvorbi bolestnikovoj dalo bi se mnogo i mnogo govoriti. Vriedno je, da ovdje spomenem rieči plemenite i čovjekoljubive gospodje Florence Nightingal, koje je moj nezaboravni učitelj Billroth u svojoj knjizi »Dvorba bolestnika u kući i u bolnici« naveo:

»Vieština dvoriti i ugoditi bolestniku daje se donjekle iz knjige naučiti, ali nije moguće, da na sve misliš, što takova vieština zahtieva, jer zahtjevi ove vieštine jesu prerazličiti; oni traže za svaki slučaj, da im drugčije zadovoljiš.

Što znači »za nješto odgovoran biti«, bilo u malim stvarima, bilo u velikom činu, samo malo muževa i žena jesu si toj dužnosti svjestni. U slučaju neopisive nesreće, kao i u svakdanjim neprilikama i nesrećama, koje se dogadjaju, mnogo puta je početak tomu zlu, što nietko nije dužnosti svojoj zadovoljio ili što nije bio svjestan, koliko je odgovoran za svoju službu. Odgovornost ne sastoji se samo u tom, da čovjek sam sve vrši, što i kako treba, već se tiče i toga, da na to pazi, da drugi svoju dužnost čine; da ju nitko ne zanemari ili da tkogod štetu učini, bilo iz neznanja, bilo od nevaljanštine ili nestašluka.«

Larma i štropot oko bolestnika najviše ga uznemiruje; a to baš mnogo puta bez nužde biva. Bolestniku se time muke povećaju i duh mu se razdražuje.

Prvo pravilo svih bolestničkih dvorilja neka glasi: **Ne bûdi bolestnika nikada, kad spava, niti s namjerom, niti nehotice.** Ako ga iz prvoga sna probudiš, težko će poslie opet zaspati. Čudnovato je, al ipak istina, da bolestnik lakše opet zaspi, kad se sam poslie njekoliko sati spavanja probudi, nego kad si ga hotice probudio, čim njekoliko časaka tek spava.

Zdrav čoviek, kad preko dana duže spava, ne može noću spavati; kod bolestnika je to obratno, čim pustiš da duže spava, tim mu više san na oči ide.

Bezobzirno i upravo odurno je, kad se u bolestnikovoj sobi šapće. Bolestnik želi, da čuje, što se govori, pa se slušanjem samo napinje i utrudi; a ne čuje li dobro, što se govori, misli, da je s njim zlo, pa

zato šapću, da on ne može razumiti. Da se time bolestnik straši i uzrujava, razumije se samo po sebi.

Ne hodaj na prstima i ne pretvaraj glasa, jer to je bolestniku vrlo neugodno. Mnogo je bolje, da govoriš naravskim glasom, pa ma on i krupan bio, nego da govor i glas prenavljaš; ovakav usiljen razgovor razdražuje bolestnoga.

Njekoje ženskinje ne znaju **vrata zatvoriti**, dok s njima ne lupe, da se, što no rieč »sva soba trese«, ili ih po sto puta bez nužde zatvaraju i otvaraju, jer nisu mislile, da na jedanput ponesu sve, što im treba.

Da samo vidiš, kako je bolestniku težko i neugodno kad se ovako bez nužde oko njega lupa i kako ga je baš strah, kad čuje, da se vrata otvaraju.

Nadalje brine se dobra dvorilja, da nijedna **vrata** u bolestnikovoj blizini **ne škripaju**, da prozori ne lupaju i ne zvekeću, da vjetar zastorima ili zaslonima amo tamo ne lama i ne maše. Na ovo će osobito paziti, ako mora bolestnik noću sam ostati.

Uviek trebaš da sjediš napram bolestniku, da ne mora svaki put glavu okretati, kad ti želi nješto kazati, jer svaki bolestnik hoće, da onoga i vidi, komu što govori. I kad stojiš, prinudjen je, da se muči gledajući gore. Sjedi kraj njega što mirnije, nemoj glavom sad na ovu, sad na onu stranu zakretati, ni rukama se razmahivati.

Nikada ne govori bolestniku iznenada, a nemoj ga ni mučiti, kad mu imaš što kazati. Bolestnika, koji hoda, nemoj sustavljati ili pred njeg trčati, da mu što javiš. Tko sam nije patio, ne zna kakva je muka, kad bolestnik, koji je iza bolesti jedva počeo hodati, mora zastajati i slušati, što se govori.

Kad si bolestniku za noć sve potrebno pripravio i lahku mu noć poželio, ne vraćaj se, da mu možebit još čime poslužiš, jer to ga može uzrujati i učiniti, da mu se san pokvari. Po gotovo ga nemoj buniti, niti buditi, ako je već zaspao; činiš li to, velik si mu neprijatelj, jadnik težko da će ove noći dobro spavati.

Nadalje pazi, da se ne naslanjaš na bolestnikovu postelju; da ne sjedaš na nju ili da nehotice čime u nju udariš, jer to bolestnik nikako ne trpi.

Imaš li mu štogod kazati, kazuj mu otvoreno bez okolišanja; nemoj zapetljavati.

Nikada nemoj pred njim izlanuti, da štogod pravo ne razumiješ, osobito, ako se tiče kakovih malenkosti. Ako o čem sumnjaš, zadrži to za sebe, a pred bolestnikom pokaži se, da ti je sve dobro poznato i jasno. Ljudi, koji ne mogu tiho misliti, nisu za dvorbu bolestnika, t. j. koji se sami sobom razgovaraju, kad o čem misle.

Nikakav bolestnik ne trpi neodlučna čovjeka, koji se kani bi li,

ne bi li, ili koji ne zna, što bi i kako bi; mnogi bolestnik skupi svu snagu, što je ima, pa sam odluči, ovo mora bti ovako ili onako.

Kad stupiš u bolestnikovu sobu ili iz nje izadješ, stupaj oprezno i sigurno, nemoj se lagano povlačiti ili možebit žamorom i lupom ulaziti ili izlaziti.

Nikada neka bolestnik dugo ne čeka, ako ideš da mu što doneseš ili ako si iz sobe po svom poslu izašao. U obće nastoj da sve izvršiš brzo i spretno, ali čuvaj se, da se ne prenagliš ili da se vrtiš kao muha bez glave. Tko se sam nadvladati zna, udarit će po sred puta, t. j. niti će otezati, niti će odviše brzati, kad mu je što učiniti.

Što se tiče **čitanja pred bolestnikom**, to valja ovo pravilo: ako ne ima snage, da sam čita, ne može mu ni s voljom biti, da drugi pred njim čita.

Ako je nuždno, da bolestniku što pročitaš, čitaj lagano. Varaš se, ako misliš, da je bolestniku drago ili ga manje uzrujava, ako brzo čitaš, samo da što prije svršiš. Upravo je bolestniku muka, kad se pred njim čita, pa štošta preskače ili kad se čitajući zastaje, pa mu onda kazuješ, što si preskočio.

Samo izkusne dvorilje i osobe, koje su i same dulje vremena u krevetu odležale, znadu, kakva je muka i pokora za bolestnika, da uviek iste stiene gleda; da vidi oko sebe uviek istu okolicu, dok mu je prebivati u jednoj sobi ili dok mu je slobodno iz jedne sobe u drugu prošetati se. Živci i ćud neprestano muku muče.

Njeku promjenu u toj jednoličnosti možeš mu pribaviti malim darom, koji će obično svakoga bolestnika ugodno iznenaditi; a to je kitica cvieća, pa ma to bilo jednostavno poljsko, ipak će mu se bolestnik radovati. Mnogomu bolestniku struk cvieća rek bi njeku nadu u tužnu dušu ulieva i on voljko podnosi muke, nadajući se skoromu ozdravljenju.

Svaki bolestnik više naginje tužnim mislima, nego li veselim, i koliko se muči, da se tužnom mišljenju otme, opet ga njeka žalost zaokupi.

Nije dosta samo, da se za tielo bolestnikovo pobrinemo, dajuć mu hranu i piće, već **treba da i za njegovu dušu štogod učinimo.** Treba ga čime razveseliti, da mu misli na što ugodnog i liepog svratiš. Pokloni mu kakvu liepu sliku, stavi pred njeg kiticu po izbor cvieća ili mu daruj cviet u loncu, za koji znaš, da mu je osobito drag. Namjesti mu bar postelju tako, da može gledati u vrt ili makar na ulicu, gdje sviet prolazi, da ima kakvu promjenu. Mnogi se bolestnik već veseli, kad može pogledati na polje, je li nebo vedro ili oblačno; i takova malenkost već je u stanju, da mu žalostne misli razgoni.

Svaki zdravi čovjek ima njeko poslovanje, s kojim se osobito rado bavi, pa ovim si omiljelim poslom mnogo puta vrieme ugodno prikraćuje. Malo komu na pamet dodje, da bi se i bolestniku, koji se nalazi na putu ozdravljanja, prohtjeti moglo, da se pozabavi sa svojim omiljelim poslom i da mu je težko, što mora bezposlen vrieme sprovesti.

I zaista ovakova lahka zabava, recimo kakav mali ručni posao, nješto pisanja ili risanja, bolestniku bi, ako dosta snage ima, jako dobro došao.

Već čitanje, ta jedina zabava njegova, ne može tako zadovoljiti, ni ugodno zabavljati.

Plemenito srce nastojati će, da bolestniku uviek njeku ugodnu promjenu pribavi.

Kao što bezposličenje i pomanjkanje svake zabave u bolestniku samo dosadu pobudjuje, isto tako ga razdražuje, kad se odviše dugo bavi pisanjem, ručnim radom itd. a osobito, ako se s takovim poslom nateže i **muči.**

Veći dio bolestnika **ne jede** prije 11 sati jela, koja se za objed pripravljaju. Od dugog čekanja i gladovanja i oslabe. Kad bi takovi bolestnici na časove dobivali po žlicu juhe, mlieka itd. mnogo bi ih to kriepilo i sačuvalo, da od gladovanja toliko ne oslabe, te bi im to bila priprava, da uzmogne želudac poslie kruta lakše jela probaviti.

Ako bolestnik mora n. pr. svaka tri sata jednu šalicu kakve tekućine popiti, a njegov to želudac nebi mogao podnieti, neka dvorilja pokuša, da mu dade od toga svaki sat po koju žlicu; ako i to nebi podnieti mogao, neka mu svaki četvrt sata po malu žličicu dade.

Jako slabim bolestnicima živci klonu, pa nisu u stanju, da štogod progutaju. Kažež li im, da nješto silom uzmu, onda gotovo ništa progutati ne mogu. Ako na minutu ne dobiju svoje jelo, kad im se hoće jesti, može se dogoditi, da poslie i njekoliko sati prodje, dok su opet u stanju, da im se hoće i da mogu jesti.

Osobito dobro treba paziti na bolestnike, koji imaju kakovu kroničnu bolest; kad im se prohtije jesti, da im odmah želju zadovoljiš. Pazi, koji sat su najslabiji i najnerazpoloženiji, da im nikakovom ponudom ne dodijavaš. Takovi bolestnici podvrženi su vrlo često promjeni, te im se volja svaki dan mienja.

Svaka dobra dvorilja treba da je razborita, da ima dar za točno razmatranje i prosudjivanje, da ima njeku vještinu u izmišljavanju, da je oduševljena za svoju stvar i da je postojana. Ove krieposti više su u stanju bolestnicima život i zdravlje povratiti, nego što čovjek misliti može.

Jedna od najodličnijih posliedica gladovanja je nespavanje; jer bolestnici obično prema tomu spavaju, kako se hrane.

Bolestniku će se jestvina ogaditi, ako pokraj njega jelo ostaviš od jednoga obroka do drugoga, koje nije pojeo; ili ga ne izneseš, jer misliš, da će mu se ipak prohtjeti, te će poslie i sam uzeti. Takovim postupkom ogadi mu se svaka jestvina, koju duže vremena pred sobom vidi.

U pravo vrieme donesi bolestniku jelo, u pravo vrieme opet ga iznesi, kušao ili ne kušao štogod od jestvine.

Bolestnik će se najbrže nahraniti, kad ga kod jela nitko ne buni i ne razgovara. Ako ga dvoreća osoba mora hraniti, neka pri tom poslu šuti, a neka ni bolestniku ne dozvoli, da se u razgovor upušta. Dok ga hraniš ili dok sam jede, ne govori o jestvini, koja je pred njeg donešena.

Čuvaj se, da što hotice ili nehotice ne proliješ na tanjurić (pladnjić), koji si pod šalicu postavio. Tanjurić neka je uviek čist i suh. Vrlo je dosadno bolestniku, a mnogo puta i težko i neprilično, kad mora sa šalicom i tanjurić pod bradu podmaknuti, jer se boji, da mu ne će od mokre šalice štogod na rubeninu i postelju kapnuti.

Ako se bude na sve pazilo, kako je ovdje u kratko navedeno, sigurno je, da će dvorilja ovako nastojeći oko bolestnika steći sebi zaslugu, da je mnogo dopriniela, što se je bolestnik od svoje bolesti brže oporavio, a i liečnici priznaju, da je za mnogoga bolestnika nuždnija dobra dvorba, nego li ljekarna.

ENGLEZKA BOLEST.

Englezka bolest ili egavost (Rhachitis) je bolest, koja se samo u djetinjoj dobi pojavljuje, a uzrok joj je, što se kosti nedovoljno ili nepravilno razvijaju i rastu. U takovim kostima nema onoliko vapnenih sastojina, koliko je nuždno, da su kosti čvrste i jake, zato su mekušave, krhke i gibke.

Prije nego će se u djeteta englezka bolest razviti, obično strada ovo od hrdjave probave, od katara želudca ili crieva ili od druge kakve bolesti, od koje diete omršavi, izgleda bliedo, koža mu je uvehla i klopa po tielu. Malo po malo nastaju promjene na pojedinim čestima djetinjeg kostura. Glava je prema ostalom tielu nerazmjerno velika, tjemenci se ne srastu, kost zatiljača kod mnogoga je djeteta mekana i gibka kao papir od pergamene, lahko se da utisnuti. Zubi jako kasno i sporo probijaju. Čeljusti imaju neobičan oblik. Na grudnom košu opažaju se razne nepravilnosti. Grudna kost ima oblik lûka, te je napolje izkočila, dok su se hrskavice rebara više manje

uvile. Kosti zdjelice izkrivile se na sve moguće načine, izgledaju nakazne, pa su kod ženskinja mnogo puta velika zaprieka pravilnom porodjaju, a kadkad znadu i po život ženskinje u ono doba opasne biti.

Krajevi udova i sglobovi nadebljaju, kao da su otečeni; slabašne kosti ne mogu nositi težinu tiela, te se s toga duge kosti uvijaju.

Takovom djetetu naliče noge na sablju ili na slovo X. Egavoj se djeci i trbuh nadima; jako kasno počimaju hodati; kad idu, čudnovato se gegaju, kao kad se patka šeta.

Ova je bolest najviše kronične naravi. Obično počima izmedju petoga i desetoga mjeseca, a traje do pete godine.

Ako su se u ovo doba na kosturu koje mu drago kosti jako izkrivile, to ostane čitavo tielo za cieloga života nakazno.

Uzrok englezkoj bolesti može biti: prirodjeno naginjanje, nedovoljna hrana, nezdrav, vlažan i slabo prozračan stan.

Čuvši ovo, lahko se možemo dosjetiti, zašto ovu bolest češće opažamo kod djece, kojima roditelji žive u sasvim biednom stanju, nego kod djece bogataša.

Ova se bolest uz valjanu pazku i dobru njegu lahko liečiti dade, te se tako i zapriečiti može, da se kostur ne izkrivi i ne nakaže.

Evo lieka toj bolesti:

Majčino mlieko ili mlieko dojkinje za sisanče. Kad diete odbiješ, daj mu mesnu juhu, sirovo meso, jaja, kadkad po žlicu dobra vina i mlieka. Tjestenine nikako mu nedaj ili mu daj samo vrlo malo.

Starija djeca moraju jesti mesa, jaja i mlieka. Krumpir i mohunjače nikako ne daj, jer su vrlo škodljive.

Tko želi, da mu je egavost od djece daleko, mora strogo paziti na ovo:

Da stanuje u suhom, prozračnom, na sunčanoj strani ležećem stanu, da mu se djeca mnogo u prostoj prirodi bave, da je na djeci i oko djece sve čisto, kožu da im valjano njeguje, a to će postići, ako ju kupa hladnom vodom, pere i trlja.

Diete egavo kupaj u vodi s morskom soli (kod manje djece ¼ kile, a kod veće ½ kile soli za jedno kupanje). Jedan dan kupaj djecu u morskoj soli, a drugi dan mjesto ove metni u vodu slada (Malz) i to uzmi 1—2 čaše slada za jedno kupanje. Čuvaj diete, da ti prerano ne hoda i ne stoji. Kad budu djetetu kosti čvrste i zubi izniknu, i samo će voljko stajati i hodati. Egava djeca neka spavaju na tvrdoj postelji, na strunjači, u kojoj ima morske trave ili konjske strune.

Od liekova možemo preporučiti ribju mast (Leberthran), željezo. Ribje masti daj djetetu svaki dan po dva tri puta 1 žlicu. Ako mu se

ne će uzeti čistu ribju mast, a ti mu je smiešaj sa mliekom. Željezni sirup daj ½ do 1 žlice na dan.

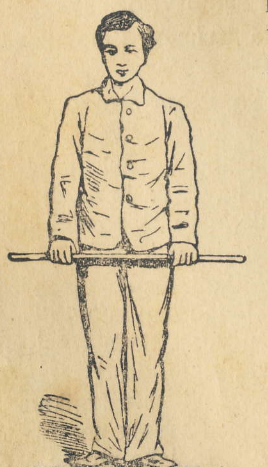
Vrlo je dobro, da se takovoj djeci daje što više priesno maslo (putar).

Ima posebna znanost, koja uči, kako se kosti izpravljaju, koje su se od englezke bolesti izkrivile, a zove se »Orthopaedia«.

GIMNASTIKA KOD KUĆE.

Kao što je tjelovježba prava blagodat za djecu, jer ne dopušta da se razvija zlo, što im dugo i nespretno sjedenje u školskim klupama nanosi, tako isto može osobito kretanje i ujedno uporaba u tu svrhu priredjenih sprava pojedincu hasniti i pripomoći mu, da ne dodje do neprilika, koje bi posljedice njegovog poslovanja biti mogle, ili ako su već tuj, da ih ukloni. Ovakove tjelesne vježbe zovu se gimnastika u kući, te su svakomu od potrebe, tko se dovoljno u čistom zraku ne kreće, te komu se u njegovom poslovanju pojedine česti tiela stišću ili su neprestano u nesgodnom položaju.

Kako i u kojim okolnostima treba da se tko bavi gimnastikom u kući, kazati će liečnik, koji zna, što je za dotičnika najnuždnije i najhasnovitije. Tko dakle želi, da se gimnastikom kod kuće bavi, neka se sa liečnikom posavjetuje. I za podpuno zdravoga preporuča se gimnastika kod kuće i kao i svako drugo tjelesno kretanje. Daleko bi nas vodio, da posebna pravila gimnastike kod kuće ovdje razlažemo i nabrojimo. O tom predmetu izdat ćemo u svoje vrieme posebnu knjižicu.



Sl. 19. — Prvi tempo kod gimnastike pluća.

GIMNASTIKA PLUĆA.

Gimnastičko uvježbanje disala ima tu zadaću, da namjerice ili metodično, dapače i vieštački podpuno dišemo u svježem zraku, u kom nema prašine, da se tako posljedice nepodpunoga disanja izjednače i da se pluća na normalnu djelatnost opet priuče.

Novorodjeno diete diše u minuti 45 puta, 5-godišnje 26 puta, 15-godišnji mladić 20 puta; u dobi od 20 do 35 godina diše čovjek 18 puta; od 30 do 40 godina 16 puta. Što je čovjek stariji, to opet brže diše.

Kod disanja je glavno načelo: »Diši ne od ozgo gore, nego ozgo dolje«. Mnogi će reći, da je to lako reći, ali težko učiniti.

Da se to postići može, čini ovako:

Uzmi štap, kako ga vidiš na slici 19. Poprimi ga obim rukama tako, da ti ramena pokraj prsiju ravno vise; to je prvi tempo. Sada podigni kriepko obje ruke sa štapom, tako, da su ti obje ruke nad glavom izpružene. To je drugi tempo (vidi sliku 20.). Kroz to se prsište širi u svom uzdužnom promjeru i time dolazi više zraka u pluća, osobito u gornje dielove.



Sl. 20. — Drugi tempo kod gimnastike pluća.

Sada kriepko pregibaj svoje laktove i postavi štap na šiju. To je treći tempo (vidi sliku 21.).

Kad se malko ozbiljno i uztrajno to radi, onda će svakomu u skoro poći za rukom ova vrst gimnastike, pa kad onda duboko udišeš, čini ti se, kao da ti je očito odlanulo, kao da iza dugog vremena prvi put opet slobodno dišeš. Kod ovakvog disanja dolazi zrak u gornje duške pluća, »pluća se ventiliraju«, a to je najvažniji čin disanja.



Sl. 21. — Treći tempo kod gimnastike pluća.

Ovako dišući činiš ono, kako priroda zahtieva, dišeš onako, kako novorodjeno diete diše. Ako ovo promatraš, vidit ćeš, kako se poslie kupelji pruži, glavu natrag baci, nogama se u što upire, a grudi širi. Rekao bi, da dišući pomaže rukama i nogama. Ono dakle postavlja svoje tielo u takav položaj, da se grudište uzduž i poprieko širiti može, a to čini veselo i »iz petnih žila«.

Disanje pomaže, kad se svi udovi kreću i gibaju, s toga su sve tjelovježbe, kao što je plivanje, trčanje, jahanje, veslanje, klizanje itd., veoma probitačne i zdrave, jer se s njima pluća sve više razvijaju.

Čin sam, kojim se s našom voljom pluća u svim promjerima razširuju i sve plućne stanice ventilira, zove se disanje punim dahom.

Tko se je dosta i dobro uvježbao podpuno disati dižući i spuštajući štap, taj će znati i bez njega ovako disati, ako ruke visoko diže i onda ih nad zatiljkom sklopi (vidi sliku 22.).



Sl. 22. — Podpuno disanje bez štapa.

Važno je i to, da se naučiš dugo držati sapu u sebi. To čini ovako: podbočí obje ruke u bokove, pak navlači zrak u sebe mirno i polako i drži ga tako dugo, dok više ne možeš, onda naglo izpusti zrak iz pluća, t. j. brzo izdiši. Uz to broj na sekunde — od početka do kraja. Koji su slabi na prsima, jedva će doći do 10, dok kriepki, zdravi na plućima i dobro uvježbani dodju do 60, 70, dapače i na 100 i više.

Ovakova vježbanja su veoma probitačna i koristna. Treba dakle što češće disati punim dahom u čistom, dobrom zraku i kriepko, duboko izdisati. Možeš i brojiti u jedan mah, dok ti »duhe ne stane«. Pri tom zatvori usta, podigni pleća, izboči prsa i pusti, da ti zrak na nos ulazi po miloj volji. Na to ustavi dah koliko možeš, broj i onda duboko i naglo izdiši; to čini 5 do 10 puta, a na dan toliko, koliko ti dobar, čist zrak na službu stoji, najbolje na polju ili na otvorenom prozoru. Ovako radeći mnogo si za svoje zdravlje učinio, naime očistio, odteretio si svoju krv. Zato, kad se šetaš u šumi ili u polju pjevaj iz punog grla, mjesto da pušiš cigaru, jer cigara u ustima neda ti duboko i kriepko udisati i izdisati.



Sl. 23. — Jačilo grudišta po Largiardéru.

U obće treba da se naučiš, disati na nos, a ne na usta, jer su ova zato, da njima jedeš, piješ i govoriš.

Ima i takovih aparata, kojima se postizava disanje punim dahom, širenje prsišta i jačanje mišica, koje djeluju pri disanju. Najsgodniji ovakav aparat za gimnastiku vršika pluća jest onaj od Largiadér-a (vidi sliku 23.).

Jednostrano duboko disanje preporučuje se osobito poslie pretrpljene upale pluća ili porebrice, da se ne bi poplućnica uz pluća



Sl. 24. — Jednostrano duboko disanje poslie upale pluća na desnoj strani.

prirasla. Kada je tko ove bolesti prebolio, neka se svaki dan, kad je liepo i sunce, prošeće u svježem zraku, a ovdje će jednostrano duboko disati, da ono plućno krilo, koje je od upale nesposobno postalo, bude opet za rad sposobno.

Jednom rukom drži izpod pazuha onu polovinu grudišta, gdje nije bilo upale, a drugu ruku diži gore i položi je na glavu, da tako ono pluće, koje je ozdravilo valjano ventiliraš (vidi sliku 24. i 25.). Ako se ovo ne čini, onda će poplućnica na onoj strani, koja je bila bolestna, uz pluća prirasti, ciela strana će upasti, bit će manje izbočena, nego zdrava. Tako nastaje kod djece skrivljenje hrbtenice.



Sl. 25. — Jednostrano duboko disanje poslie upale pluća na lievoj strani.

GLAVA.

Najvažnija i najznamenitija čest čovječjega tiela jest glava. Glavu je sviet od pamtivieka odlikovao, te da se pokaže, kolike je ciene, ime »glava« preneseno je i u govor, tako kad treba, da se što odličnijim predstavi ili da se čemu prednost daje, kaže se: glava, glavno, n. pr. glava svega ovoga, glavni grad itd.

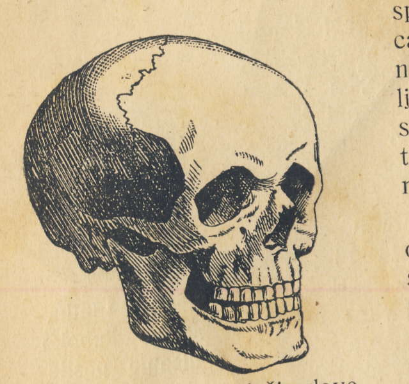
Na glavi razlikujemo **lubanju i lice.** Lubanja je gornji i stražnji dio glave. Ona je od čvrstih i tvrdih kosti sastavljena, te je oblika dugoljasto-okruglog. Ona krije u sebi prostranu utlinu (šupljinu), u kojoj se nalazi plemeniti, mehki mozag, čuvan od ozlede, kao jezgra u orahovoj ljusci. Prednji dio lubanje zove se čelo, gore je tjeme, sa strane se sljepočnice, to su malene šupljinice, u kojih su spremljeni srednji i nutarnji ustroji sluha, a odzada (stražnji dio lubanje) je zatiljak.

Tjeme, zatiljak i jedan dio sliepih očiju, obrasli su kosom (vlasima). Na licu ili obrazu ima takodjer manjih šupljinica, u kojima se nalaze dielom ćutila ili sjetila, dielom i pomoćni ustroji glasa, disanja i probave.

Ovamo idu **očne šupljine**, gdje su smještene gibive oči i njihovi nuzgredni ustroji; **nosna šupljina,** gdje je smješteno sjetilo vonja i

koja ujedno sudjeluje, kada se diše i govori, te napokon **šupljina usta**, gdje se nalazi sjetilo okusa, jezik, zubi i ini ustroji potrebiti što za govorenje, što za primljenje i mrvljenje hrane. Na licu su dakle oči, nos, usta, obrazi i brada. Gdje se spaja lubanja i lice, tu su uši.

Glava je sastavljena od kostiju lica i kostiju lubanje. Kosti lica pokrivene su mesom i kožom, a kosti lubanje kožom i kosom.



Sl. 26. — Kostur čovječje glave.

Kosti glave čvrsto su jedna s drugom spojene tako, da se ne mogu razmicati. Kretati se može samo jedna kost na licu, a to je doljnja vilica ili čeljust. Ona je u savezu s drugim kostima pred ušima, te joj se može kretanje vrlo dobro osjetiti n. pr. kako metneš ruku na to mjesto, kad jedeš.

Kosti lubanjske nisu u djeteta onako čvrsto spojene, kao što u odrasla čovjeka, nego su samo kožicama jedna s drugom svezane. Prolazećoj glavi čedinjoj kroz zdjelište pri porodjaju kosti će se lubanjske jedna drugoj primaknuti, a time će se glava znatno umanjiti. Što se lakše dadu ote kosti jedna drugoj primaknuti, to će glava i lakše proći zdjelištem.

Kožice, s kojima su lubanjske kosti u djeteta svezane, zovu se svezi, a ima ih četiri; prema tomu, kakove kosti vežu, jesu im i imena.

Na glavi djetinjoj razlikuju se dvie kosti čeonice, dvie tjemenice, dvie sliepočice i kost zatiljača.

Kostima lica broje se dvie nosne kosti; one sklapaju košteni greben nosa, jarmenica ili jabučica i gornja čeljust.

S kostima lica stoje u savezu obe očne šupljine, utlina nosna i šupljina ustna; sve je jedno s drugim u savezu, što s kostima, što s hrskavicom, što s mekanim čestima.

Očne šupljine su okruglaste rupe, s prieda su širom otvorene, one zalaze duboko u glavu, te se prema nutarnjosti glave suzuju. Na použenom kraju očnih šupljina ima mali okruglasti otvor (rupica), kojim vidni živac oka ulazi u šupljinu lubanje te se spaja s mozgom.

Na prednjem širokom kraju očne šupljine prema nutarnjem uglu ima tanki kanalić — suzovod — koji je u savezu s nosnom šupljinom.

Utlinu nosnu podielila je koštana i hrskava pregrada na dvie polovice, to su nozdrve. Ove dvie nosne šupljine otvorene su sprieda

i od zada. Na stražnji dio nosne šupljine nastavljen je nosoždrielni prostor, a s ovim spojena je ustna šupljina.

Ustna šupljina pregradjena je prema nosnoj utlini nebcem. Na ovom razlikujemo dva diela, prednji koštani, tako zvano tvrdo nebce i stražnji gibivi dio, — mekano nebce.

Utlina ustna složena je i od mehkih dielova; u njima je jezična košćica. U gornjoj i doljnjoj čeljusti usadjeni su zubi. Odrasli čovjek ima *32* zuba. (Vidi zubi.)

Iza zubi je jezik. Stražnji dio jezika suzuje sa mekanim nebcem ustnu utlinu i dieli ju od ždriela. Duboko u ustima vidi se, kad jezik pritisneš, da se od mekana nebca spušta resa; ova ima s obe strane po dva nabora, to je zadnji i prednji nebčani luk. Medju ova dva nabora leže krajnici (bademi, bademu slične žliezde). Pod jezikom su dvie modričaste kvržice — pljuvačne žliezde.

Još ima sa svake strane po dvie takove žliezde, jedna na doljnjem rubu doljnje čeljusti, a druga pod vanjskom površinom čeljusti u blizini uha. Ovih šest žliezda luče bistru pljuvačku, a ova se mieša sa sluzi, što je nadje na opni sluznici, kojom je ustna utlina prekrita.

GLAVOBOLJA.

Nijedna čest čovječjega tiela tako često ne boli, kao glava. Glavobolja je vierni pratioc, kad tko ima ili će dobiti groznicu ili ma kakovu ognjenu bolest. Ona se druži sa bolestima probave t. j. kad tko pati od kakove bolesti na organima probavila. Za nju zna hypohondar i hysterična. Glava će boliti kod navale krvi prema mozgu, a takodjer bez glavobolje ne može biti, komu premalo krvi prema glavi pritiče.

Osim toga glavobolja je najvažnije obilježje bolesti, koja se na sam mozag odnosi, bila ona upala ili oteklina.

Glavobolja se javlja na najraznovrstniji način. Nema gotovo dva čovjeka, koji bi jednako glavobolju osjećali ili koji bi je jednako opisali. Ova raznovrstnost dolazi najviše odtud, kako kad jače ili slabije boli.

Glavobolja može tako neznatna biti, da od nje jedva njeko nerazpoloženje osjećaš, a može se tako usiliti i nesnosna biti, da čovjek sdvaja i misli, poludit će od ljute boli.

Jača ili slabija glavobolja u obće ne stoji u nikakovom savezu prema bolesti, koja se u čovječjem organizmu razvija; pa ni iz bolestnikovog opisivanja, kako ga glava boli, neda se mnogo puta točan zaključak stvoriti.

Mukla glavobolja kao da te nješto u glavi natiskuje, obično je predteča raznih bolesti, koje će se na skoro razviti. Ovakova glavobolja zna trajati, dok god bolestnik od one bolesti strada ili se pojavlja samo prije početka bolesti ili dok se bolest pravo ne razvije, navlastito kod bolesti mozga. Takova glavobolja zna se pojaviti, kad muke od one bolesti popuštaju.

Kao da nješto u glavi **lupa** i **kucka**, osjetit će bolestnik, komu se odviše krvi prema glavi prililo; kad otekne žila kucavica ili kad ima druga kakova oteklina u moždjanima. Takovu glavobolju osjećaju hypohondri i histerične žene.

Kao da nješto u glavi **bocka**, osjeća onaj, koji ima upalu moždjane opne, kojekakve novotvorine (Neugebilde) u mozgu, malokrvnici i koji su nervozno razdraženi. Ovo osjećanje, kao da naime nješto u glavi bocka, traje kod njekoga neprestance, kod njekoga iznenada nastupi, te bode po svoj glavi ili bocka samo po nekojim čestima glave i to obično nemilom silom.

Kao da nješto glavu **trza**, osjeća bolestnik obično kad vanjske česti boluju, te se bolestniku čini, da ga i unutra boli, kad se bol jako usili.

Kao da nješto u glavi **vrti**, osjećaju bolestnici, kojima su živci uzrok glavobolji; ali takova glavobolja javlja se i kod onih, kojima se težko razbole ustroji mozga i lubanje.

Što se tiče vremena, kako dugo koja vrst glavobolje traje, to se neda točno opredieliti, njekada samo kratko vrieme traje te je brzo prolazna, o takovoj glavobolji neda se ništa zaključiti. Kadkada biva sve jača i jača, te pokazuje, da bolestne česti sve više stradaju. Ili kadkad glavobolja na časove prestaje, što zavisiti može mnogo puta od neznatne, a često puta i od najjače promjene u mozgu. Ili glavobolja nikad ne popušta, samo po gdjekoji put malo slabija biva ili uviek jednaka. Kod takove glavobolje sumnjati moraš, da je to obiliežje težke bolesti moždjana i moždjanskih opana, akoprem i histerični kadkad takovu glavobolju osjećaju.

Takova dugotrajna glavobolja muči gdjekoga dugo vremena, zadaje mu najljuće, gotovo nesnosne boli, prestaje kadkad samo na kratko vrieme; da, kadkad takova glavobolja čovjeka ne ostavlja, dok je živ.

Ima ljudi, koji još od djetinjstva glavobolju imaju, pa njeko vrieme ih popusti, pa poslie kad odrastu, već ih ne popušta, nego ih nemilo muči, da nisu sposobni ni za kakav duševni rad. Uz takovu glavobolju razviju se po gdjekoji put i bolesti moždjana. Kad takav bolestnik umre, na mozgu liečnici ne opažaju nikakovu promjenu, po kojoj bi zaključiti mogli, da je uzrok onoj nesnosnoj glavobolji.

Čovjek zaključiti može, odkuda glavobolja dolazi, kad pazi, na kakav se način glavobolja pojavi i pod kojim okolnostima jače ili slabije boli.

Osobito se možeš lahko dosjetiti, od kuda glavobolja dolazi, kad znaš, da je priticanje krvi prema glavi odviše silno ili je preslabo. Isto tako možeš znati, odkuda je glavobolja, kad te nješto u tvom radu podražuje.

Ako tkogod nizko leži, pa ga glavobolja napadne ili ako je već ima, pa kad tako leži, još ga više glava boli, znak je, da mu odviše krvi prema glavi pritiče. S ovakovom glavoboljom skopčane su neprilike užgaline na glavi i u istoj glavi.

Ako bolestnika najjače glava boli, kad povisoko leži ili kad uzpravno stoji, zaključiti možeš, da krvotok prema glavi nije dovoljan, da je dakle slabo priticanje krvi uzrok glavobolji.

Ako se duševnim naporom ili već malim kakovim radom glavobolja usili, to je nedvojbeno, da čovjek strada od razdraživosti u mozgu.

Kod nervoznih i hysteričnih osoba zna glava najsilnije boliti, kad je mozag bezposlen t. j. kad nije nikakovim duševnim radom zabavljen.

Glavobolja, koja se pojavi, kad je čovjek na tašte, pa prodje čim se najede i napije, pokazuje malokrvnost, a naprotiv, dodje li glavobolja, kad se čovjek dobro najede i prilično žestoka pića pije, znak je, da je priliv krvi odviše silan.

U najviše slučajeva glavobolja jača ili slabija biva uslied većega ili manjega stupnja topline zraka, koji nas okružuje.

Ako te jača glavobolja snadje, čim je zrak malo više, nego umjereno topao, znak je, da je krvotok prema mozgu vrlo velik. Obično glavobolja biva silnija, kad se tko naglo i jako kreće, kad se potrese, kad se sili, da ide zarad sebe, kad kiše, kašlje, sagiba se itd.

Isto tako može čovjek prilično pouzdano znati, od kuda glavobolja dolazi, kad jače boli, čim je pritisneš, čim kruto svežeš ili se sagibaš.

Tko se misli od glavobolje izliečiti, neka najprije izbjegne sve one neprilike, koje su bile začetak glavobolji; treba točno da paziš na sve okolnosti kod svake pojedine vrsti glavobolje. Čuvaš li se svega onoga, što je bio početak glavobolji, mnogo, da gotovo sve si učinio, da ti ona više ne dodijava.

Sa različitim sredstvima i liekovima možeš se ili posve od glavobolje izliečiti ili si bar polakšicu steći.

Tko želi da ga glavobolja ostavi, neka pokuša, kako je što proti njegovoj glavobolji najbolje.

Neka glavom visoko ili nizko leži, neka glavu hladnoćom lieči, bilo to polievanjem, škropicom, hladnim oblozima ili ledom. Neka se

služi toplinom, neka zamata glavu toplim maramama. Hladnoću će upotriebiti, ako je pritok krvi silan, a toplinu, kad je preslab.

Neka glavu trlja alkoholičnim tekućinama ili tekućinama, u kojima ima hlapivog ulja n. pr. ocat, vinova žganica, kolonjska vodica, Hoffmanove kapi itd., — neka si utira chloroform ili ako to sve ništa ne koristi, neka pita liečnika.

Napokon neka upotrebi sredstva, kojima se bol odvodi, a ta su: draženje kože na glavi, na zatiljku, po rukama i po nogama. Ovo se postizava gorušičnom kašom ili gorušičnim papirom, kupanjem nogu, u kojoj ima gorušičnog brašna ili samo jednostavno kupanje nogu u toploj vodi.

Onda neka se služi liekovima za pročist ili klištirom. Što se tiče nutarnjih liekova, to valja sve ono, što je rečeno kod glavobolje s jedne strane (Migraine); jer i ta glavobolja samo je ogranak velikog debla jedne te iste bolesti. Nu nikako neka onaj, koji mnogo pati od glavobolje, ne uzima redom sad ovaj sad onaj liek, koji se proti glavobolji u svim novinama hvali, nego neka se svakako posavjetuje s liečnikom, što mu valja činiti.

GLAVOBOLJA NA JEDNOJ STRANI.

Glavobolja na jednoj strani (Migraine) dodje na čovjeka iznenada, te nema opredieljene granice, dokle se ovakova glavobolja proteže. Bol osjećaš kadkad s desne, a kadkad s lieve strane glave, kadkad boli glava više na prednjoj česti, a kadkad na stražnjoj.

Bol je izvanredno silna, te se bolestniku čini, da mu se nješto po glavi vrti, uz to je sluh i vid vrlo osjetljiv. Bolestnici traže mirnu i tamnu sobu. Smuči im se, snadje ih kadkad grčevito zievanje, trnci im prolaze tielom. Cielo tielo im je mlitavo te je klonulo.

Duševni rad moždjana popustio je, bolestnik ne može trajno misliti; sva mu je srčanost pala. Ima bolestnika, kad ih jednostrana glavobolja napada, bivaju za sve ravnodušni; ne mare za ništa, što im je prije milo i drago bilo; dapače njekojim na toliko omrzne život, da su pripravni sami sebi kraj učiniti.

Kad je bolestnika ovakav napadaj njekoliko sati ili možebit pol dana, a moguće i cio dan izmučio, — riedko kada dulje traje, — bolestnik zaspi, te kad se naspavao, već nikakovih boli ne osieća, onda je i veseo i dobre volje.

Kadkad se bolestnik izbljuje i napadaj se izgubi. Kod mnogih lice probliedi s onu stranu glave, koja boli, oko se zacrveni i zienica se razširi.

Migrena je dugotrajna bolest; kad kad ćeš je liečiti na sve moguće načine, a ipak joj ne ćeš na kraj stati.

Od nje pati i mužko i žensko, mlado i staro, u svako doba; ali ipak od nje razmjerno više ženski spol strada.

Još se točno ne zna, što je povod jednostranoj glavobolji. Njekoji misle, da to dolazi odtuda, što se pojedine veće grane živaca razbole, dakle »Neuralgia«; drugi opet misle, da su mišice uzrok, da se njekoje žile grčevito stežu, te se uslied toga pojavi malokrvnost u njekojim čestima itd. Za sigurno se zna, da uz hrdjavu probavu i neurednu mjesečninu obično i migrena pojavi i da se migrena kadkad izgubi, čim je probava uredna i mjesečnina prodje.

Migrena nikada nije opasna bolest; ako traje godine i godine, ipak od nje ne oslabi cieli tjelesni ustroj.

Liečeći jednostranu glavobolju, treba najprije razpitati, kakova je probava, je li mjesečnina u redu i da li su spolni ustroji pravilni. Najsigurnije i najlakše se lieči ona, koja je u savezu sa hrdjavom probavom i spolnim ustrojima. Svi drugi uzroci teže se lieče, te se mnogo puta i bolestnik i liečnik muče na svakake načine, kako bi ju zatrli.

Migrena je sredstvo, kojim šarlatani zlatne ribice, — novac, izmame za štokakve liekove od inače umnih i obrazovanih gospodja. Mnogo puta su se osviedočile, da im liek nije sposoban unaprieditti zdravlje, već je zaslužio ime »mami novac«, a ne »siguran liek od migrene«, kao što su ga preporučili.

Liečnici jednostranu glavobolju lieče Chininom, Coffeinom, Bromkalijem, Antipyrinom i Phenacetinom; lieče ju i elektricitetom. Svi ovi liekovi pomažu, nu ne svi jednako kod svake osobe.

Najglavnije je, da bolestnik miruje, kad ga migrena snadje. Mnogo puta pomaže, kad bolestnik meće hladne obloge na glavu; a mnogomu prija toplo zamatanje glave.

Iz toga se vidi, da nije svaki put slabokrvnost uzrok jednostranoj glavobolji, jer tad bi mrzli oblozi, uslied kojih se žile još više izprazne, boli još većma pojačale.

Najviše se preporučuje, da se migrena lieči hladnom vodom. Takovim liečenjem biva obtok krvi sve to pravilniji, a to osobito podpomaže zdravlje i postepeno zatire sve ono, što je bilo uzrok jednostranoj glavobolji.

GLISTE.

To su životinje nametnice živuće u čovječjem crievu; one su razne duljine; ima ih od 5 do 15 cm. dugačkih, a debele su samo njekoliko milimetara. Obično su sa oba kraja tiela šiljasta oblika; glava ima tri male kvržice, te je s vratom, koji izgleda kao zarez,

s ostalim tielom spojena (vidi sliku 27.). Glista ima mužkih i ženskih; one se mogu lahko razpoznati. Glista obično putuje gore, dolje po čovječjoj utrobi. Bilo je slučajeva, da je i u želudac dospjela, iz ovoga odpuzla u dušnik, u ždrielo i grkljan, te se čovjek od nje i udavio. Razumije se, da u tom slučaju nije bila samo jedna glista, već cieli kup.

Ako se je stienka crieva uslied kakove bolesti probila, može glista i u trbušnu utlinu dospjeti.

Još se ne zna, kako jaja ili grčice ovih glista dospiju u čovječje tielo.

Tko ima gliste, ima svakojake neprilike od njih. Sigurno se zna, da tko gliste ima, ako s blatom izadju ili kad se sitnozorom u izmetinama jaja opaze.

Glista ima kadkad samo po gdjekoja, a kadkad zna ih i do stotine i više u klupku biti.

Kaže se, po svoj prilici, da ima gliste, komu je probava poremećena, tko ima neredovitu zapečenu stolicu, izmienjenu sa prolievom, neobičnu ohotu za tjestenine i sladkiš, nadut trbuh, po gdjekad i boli u trbuhu; svrbež u nosu, naglu promjenu boje na licu ili samo se boja lica s jedne strane promieni, škripanje zubima i trzanje u snu, bljuvanje i neugodni zadah iz ustiju.

Liek za gliste naći ćeš u ljekarni u obliku kolačića, kotačića, bonbona, pitica.

Ne zna se, koliko lieka ovakovi kolačići u sebi kriju, zato im je uspjeh dvojben. Bolje djeluje Santonin. Daje se 6—12 centigrama, više puta na dan. Citvarovo sjeme u mlieku kuhano, mlieko s bielim lukom ili juha od bieloga luka poznata su kao narodni liekovi od glista; mnogoj djeci od velike su hasne.

Da za sigurno znaš, ima li diete gliste, daj mu nekoliko dana da pije kiselog vina; ako ima glista, izbacit će od vina sigurno koju.

Naš narod drži, da veoma mnoge bolesti dolaze od glista, te traži liek samo »od glista«. To je posve krivo mnienje, jer u odrasloga riedko kad se pojavljuju gliste, a bolesti, koje drže, da potiču od glista, sasvim su drugoga poriekla.



Sl. 27. — Glista dječja.

GLJIVE.

Vieštaci, koji su se bavili iztraživanjem bilinskih sastavina pronašli su, da su dušikom najsiromašnije gljive (Pilze) slične grašku i grahu, što no su dušikom najbogatije zelenje. Bolje gljive opet mogu se uzporediti s mesom, osobito s telećim, kojemu i po mirisu nalikuju.

Od velike važnosti jesu gljive i radi hranivih soli, što u njima ima. One se mogu po njihovoj hranivosti usporediti sa povrćem.

Mnogo puta dogodi se, da se tkogod s gljivama otruje; o tom otrovanju valja sve ono, što je pod »Muhomorka« kazano.

GORKA VODA, BUDIMSKA.

Ona djeluje od svih gorkih voda najbrže i najsigurnije, te se upotrebljuje uviek ondje, kad treba da se brzo i bez boli stolica otvori. Ako ju čovjek i dulje vremena pije, ne djeluje na probavu zločesto, kao što se to kod drugih gorkih voda dogadja.

Budimska gorka voda dolazi u trgovinu pod imenom: Franje Josipovo, Hunyadi-Janoš, Elizabetovo, Franje Deakovo i Viktoria itd. vrelo.

GORUŠICA.

Gorušica (slačica, muštarda) pospješuje probavu, ako ju umjereno upotrebljuješ, ona se nema smatrati u tom pogledu kao liek, već kao sredstvo, koje potiče probavu.

Za vanjsku porabu služi gorušica, da nadraži kožu, dapače i da mjehuriće navlači, da bi se time užgalina, koja je u nutarnjim ustrojima, na površinu kože potegnula.

Gorušična kaša pravi se ovako, da se od frižko samljevenog sjemena od gorušice s mlakom vodom ili octom (sirčetom) zamiesi ne baš gusta kaša, koja se na sred tanke tkanine, najbolje na komad »tila«, razmaže, a okrajcima ote tkanine pokrije i na bolestno mjesto s onom stranom metne, na kojoj je tkanina jednostruka. Poslie 8—10 minuta moraš gledati, je li



Sl. 28. — Gorušica biela.

koža pod oblogom jako pocrvenila ili ne, pa ako je crvena skini kašu; ako pak još nije dosta crvena, ostavi je, da još dalje vuče, no nikako duže od četvrt sata, jer bi se koža inače lasno još više zažeći mogla, pa ako bi kašu još dulje ostavio, mogla bi se načiniti velika rana. Ako je pak liečnik odredio, da gorušična kaša treba navući mjehur, ostavi je na koži i do jedne ure.



Sl. 29. — Gorušica crna.

U ljekarnama dobiva se gorušični papir, koji je s jedne strane gorušicom natrt. List takova papira namoči tek za časak u mlakoj vodi, pa metni hrapavom stranom, gdje je gorušica natrta, na tielo i ostavi dotle, dok koža pod njim ne pocrveni.

Mjesto gorušične kaše ili gorušičnog papira uzima se i **gorušična vinovica.** Ta se sastoji od 1 diela gorušičnog ulja na 50 diela obične vinovice. Od te smjese nalije se na krpu od flanela, te se njom tare bolestno mjesto.

Za glavobolju, bol u kuku, dapače i proti migreni, često puta dobrim uspjehom upotrebljuju gorušični papir ili gorušičnu vinovicu ili smjesu od 6 kapi gorušičnog ulja i 5 grama maslinovog ulja.

Ako koža jako gori, te je dosadno, namaži je sa njekoliko kapi sumpornim etirom.

Gorušično brašno upotrebljuje se i za kupelji; noge se kupaju u vodi, u kojoj ima gorušičnog brašna, kad koja ženskinja ima veliku navalu krvi u ono vrieme, kad ima mjesečninu, ili ako ima slabu mjesečninu.

Za veliku kupelj uzima se 100—150 grama gorušičnog brašna, a za noge kupati dosta je 30—60 grama.

GRČEVI NAGLI PADAVIČASTI.

Nagli padavičasti grčevi (zahlipci, djetinje, Eclampsie) spopadaju časomice bolestnika. Kadkad od ovih grčeva samo pojedine skupine mišica stradaju; no najčešće napadnu grčevi na sve mišice.

Bolestnici izgube sviest, kad ih grčevi trzaju, a kad popuste, oni se osvieste, ne znaju ništa, što se je s njima sbilo, samo su nerazpoloženi i umorni.

Razlikujemo **dvie vrsti naglih padavičastih grčeva.** Od jednih naročito **djeca** stradaju, a od drugih stradaju **trudnice, rodilje i babinjače.**

Djetinje često dobivaju mala djeca. Najviše se pojave prvih mjeseci njihova života. Od to doba već redje dobivaju djeca treće grčeve. Malo koje diete ima grčeve početkom treće godine. Od godine riedki su slučajevi ove bolesti.

Djeca mogu ovu bolest i od svojih roditelja baštiniti. Tako se opazilo, da su u njekoj obitelji sva djeca zahlipce imala i kad su točno iztražili uzrok ovomu pojavu, došli su na to, da su roditelji ove djece bili padavičavi, histerični ili su od kakove druge živčane bolesti bolovali.

Slabo, već bolestno rodjeno diete rado će dobiti zahlipce. Kod ovakove djece, pa i kod druge djece, koja nisu od naravi nakloni, da ih djetinje muče, mogu razni uzroci povod ovoj bolesti biti.

Zahlipce dobit će prije ili lakše diete, koje je već jednom od njih stradalo, jer naginje na tu bolest. Ovakovo diete kod najmanjeg povoda dobit će grčeve. Ono će gotovo kod svake bolesti, bila ona od hrdjave probave ili od prehlade, odmah i zahlipce imati. Uzrok grčevima može nadalje biti prevelika vrućina ili jaka studen, duševni utisak, hrana, koju nije djetinji želudac prokuhati mogao, nagla promjena mlieka, katar crieva, bolesti u ustima, težko probijanje zubića, gliste u crievu, kožni osip, onda sve grozničave bolesti, pri kojih toplina raste, kašalj hripavac itd.

Grčevi naglo, iznenada dolaze ili se prije njih opaža njeko sumorno stanje. Kadkad možeš viditi, prije nego će bolestnika trzanje snaći, da mu je pogled ukočen, da mu pojedine mišice drhću.

Grčevi ili će samo jedan put diete mučiti ili će se ponavljati. Vrieme, koje prolazi od jednih grčeva do drugih ili je sasvim normalno ili se pojavljaju rečena obilježja, koja su predteča grčeva. Oni mogu biti slabije i jače naravi. Ako diete ima slabije grčeve, opaža se neka ukočenost pojedinih mišica ili cieloga skupa istih. Ruke i noge stoje dulje vremena savite, palcevi su se stisli u ruku, oči su se izkrivile, lice izgleda kan da se usta smieše (narod kaže: »diete se na svojega angjela smije«).

Ako takovo diete grčevi napadnu, kad je budno, sviest se ne izgubi sasvim; boja lica naglo se promieni. Kad grčevi prestanu, djeca su zlovoljna, lahko se razdraže, gledaju bez cilja, san im je nemiran u snu se i plaše.

Kad su grčevi jaki, diete se po svem tielu jako trza, sviest se sasvim izgubi. Kad prestanu, ne znaš, je li diete budno ili spava. Takovo stanje zna potrajati samo njekoliko minuta, ali se zna i na njekoliko sati produljiti. Kad diete ovako poluzatvorenim i izkrivljenim očima leži, te se ne da probuditi, palac mu je u šaku stisnut, sviet veli: »da ima potajne grčeve«.

Najjači grčevi ili zahlipci u djece sasvim su nalik na padavičaste grčeve, eklampsiju u trudnica, rodilja i babinjača. Da dvaput jedno te isto ne spominjemo, čitaj »eklampsiju« trudnica.

Djeca mogu od eklampsije sasvim ozdraviti, ali mogu od nje i trajne posliedice ostati. Tako može ostati grčevito stezanje pojedinih mišica ili cieloga skupa istih, zrakanje (škiljenje, krivo gledanje), nakriv vrat, zavinuta uda. Može da se prestanu razvijati ili se samo sasvim slabo razviju duševne sposobnosti. Od čestih grčeva zna se i padavica razviti.

U mnogim slučajevima ovakovi podavičasti grčevi smrću svrše i to uslied same bolesti ili uslied iznemoglosti, kojoj su grčevi uzrok. Nu najčešće umre diete od bolesti, uz koju se je eklampsija pojavila, te koja je još više dječje sile harati počela, kad joj se je i eklampsija pridružila.

Kako ćemo ove strašne po život djetinji toli opasne grčeve liečiti?

Najprije ćeš se pobrinuti, da do njih ne dodje, a ako su već došli, boriti ćeš se proti njima.

Diete, koje na zahlipce naginje, a to je svako ono, koje je već jedanput od grčeva stradalo, — kojemu su bratac ili sestrica u toj bolesti umrli, — koje bi ju od roditelja baštiniti moglo, — takovo diete treba dobro čuvati, da mu se moždjani ne razdraže. Treba se pobrinuti, da udiše čist zrak, da se mnogo u prostoj prirodi nalazi, treba ga hladnom vodom prati i trljati, treba se pobrinuti, da jede dobru hranu, koju lahko probaviti može, treba u obće nastojati, da mu cieli tjelesni ustroj bude zdrav i snažan.

Ako ga grčevi snadju, treba mu haljinice razkopčati, koje ga možebit stežu ili pritišću, te ga položiti na mjesto, gdje će mu tako udobno biti, da se neće ni o što udariti. Da se još bolje uzčuva, pometat ćemo oko njega uzglavnice (jastuke). Ujedno ćemo otvoriti prozore, da čist zrak u sobu dodje. Na glavu metni hladne obloge, na tabane i listove gorušičnu kašu, klištiraj ga sa jednim dielom octa i dva diela vode; sve drugo prepusti liečniku, koji se dozvati ima.

Samo liečnik može prepisati, da ovakovo diete chloroform udiše. Čuli smo, kad grčevi prodju, da se takovo diete ne može razabrati, ni pravo osviestiti. Da ga to stanje prije prodje, peri ga octom i vodom, a na glavu mu metni neprestano hladne obloge. Ako ovakovo stanje dugo ne traje, ne treba ništa činiti.

Liečeći eklampsiju moraš točno razgledati koja je bolest povod bila tim padavičastim grčevima, pa ju tad temeljito liečiti, jer istom onda, kad je one bolesti sasvim nestalo, možeš se nadati, da se ni zahlipci više neće pojaviti.

Ako paziš, da se diete za vremena od proljeva izlieči, da se djetetu desni prorežu, kad mu zubići težko niknu; da mu dadeš liek proti glasinama, mnogo si učinio, da se diete od grčeva ne izmuči.

Ima slučajeva, da diete dobije zahlipce, jer su mu moždjani bolestni; tom prilikom težko je liečiti i jednu i drugu bolest, a mnogo puta je to upravo nemoguće.

Trudnice, rodilje i babinjače, riedko kad od eklampsije stradaju. Vele, da je ona u njih u savezu sa »Brightovom bolesti«, (vidi ovu). Kadkad možeš viditi, da se u koje od spomenutih osoba nakupilo vode na udovima, na očnim zaklopcima i da ima bjelanka u mokraći. Ako sad eklampsiju dobije, bez sumnje se zna, odkud je potekla. Ali kadkad spopadne eklampsija sasvim normalno zdravu trudnicu, rodilju ili babinjaču iznenada, što no rieč »ko iz vedra neba grom«.

Obično dolazi na 500 slučajeva radjajućih jedan slučaj eklampsije. Najviše će od nje stradati prviskinje t. j. koje prvi put radjaju i to obično stradaju jake i snažne žene.

Prije nego će se eklampsija pojaviti, dotična žena ima glavobolju, nesvjesticu, bez uzroka uznemiri se, smuči joj se. Takovo stanje može se i na radjanje odnositi, jer su predteče porodjaja isto takove. Ali ako se ovi pojavi opažaju u sasvim zdravih trudnica ili babinjača, tad već ozbiljnije treba na posliedice misliti.

Grčevi, nenadana trzanja strašnom silom i brzinom muče bolestnicu. Tu joj se amo tamo bacaju noge i ruke; glava frca, kano da ju tko baca sad napried, sad natrag, sad postrance. Pogled se ukočio ili se oči po očištima amo tamo vrte. Čeljusti klepeću i jedno o drugo udaraju. Mišice su grčevito stegnute te tvrde poput daske, disanje naliči na hropac ili grcanje. Usta se uz pisak zapjene, lice vidi se naduto, crveno, dapače i pomodri.

To užasno, za svačiji pogled strašno stanje, traje pol do jedne minute. Onda grčevi oslabe, sve na redje dolaze, ukočenost mišica popušta; bolestnicu spopadne jaka nesviestica. Za njeko vrieme, kad kašnje, kad ranije, opet se osviesti. Kad sasvim k sebi dodje, osjeća, da je vrlo slaba, u glavi joj šumi, neda joj se pravo misliti, a na ono, što se s njom dogodilo, ništa se ne sjeća.

Eklampsija može da se samo jedanput pojavi, pa da ju onda već

nikada više ne dobije. Ali riedko kada da se eklampsija ne povraća. Grčevi se obično ponavljaju, bivaju sve to jači, bolestnica za vrieme od jednih grčeva do drugih nikako se ne osviesti, pa tako dušu pusti, dok ju još grčevi trgaju ili izdiše, kad je u nesvjestici.

Samo ako su grčevi jedan po jedan iza dulje stanke bolestnicu mučili, pa ako nisu pri tom jako silni bili, možemo se nadati, da će bolestnica brzo i sasvim ozdraviti.

Ako su bolestnicu grčevi često napali, a k tomu su i jaki bili, onda bi bolje bilo, da je u toj bolesti umrla, nego što je ostala živa, jer posliedice eklampsije vrlo su žalostne. Takova bolestnica nema zašto, da se životu raduje.

Bolesti živaca, posvemašni gubitak niekojih ćutila, kao što su sljepoća, gluhoća, duševne bolesti (ludilo), ukočenost ili kljenut, to su posliedice jake eklampsije. Poslie pretrpljene eklampsije znadu se pojaviti štokakve upale, uslied kojih bolestnica konačno ipak zaglavi.

Čim opazimo i najmanje, što na eklampsiju nalići, odmah treba liečnika dozvati. Dok on dodje, mora u sobi podpuna tišina biti; na glavu metni bolestnici hladne obloge. Nikakove podražujuće liekove, kao što su gorušica ili klištir ne smiju se upotriebiti, jer i najmanje, što bi ju razdražilo, može grčeve na novo pobuditi.

Nadalje treba paziti, da se bolestnica ne ozledi. Da jezik ne pregrize, uzet ćeš žlicu, omotat ćeš držak niekoliko puta čistom krpom, pa ju utisni bolestnici medju zube. Ruke i noge ne valja da joj držimo, one neka su joj slobodne. Čim liečnik dodje, treba najtočnije njegove odredbe slušati.

Mnogi i to baš vrlo vješti i iskusni liečnici ne čine ništa, da se u tom stanju porodjaj pospješi, to jest da žena brže rodi. Osvjedočili su se, da narav, sama i u takovoj neprilici najbolje ovo djelo vrši. Dokazano je i to, da se svakim nemoralnim postupkom grčevi opet pojavljuju i to kadkad još većom silom.

Liekovi, koji se kod eklampsije upotrebljuju, jesu ovi: Udisanje chloroforma, podkožno uštrcanje morfiuma i puštanje krvi. Liečnik znati će u kojem slučaju može koji od rečenih liekova upotriebiti.

Nu da ti liekovi svaki put ne pomažu, vidit je odtuda, što uprkos najsavjestnijem liečenju mnoge u eklampsiji umru.

GRLO UŽGANO.

Ovim imenom nazivamo bolest sluznice grkljana, jezičca, krajnika i nebčanih bolesti.

Tko ima užgano grlo, više manje je grozničav, ne može pravo da guta, ide mu slina jako na usta i izbacuje mnogo sluzi.

Ako pogledaš takovom bolestniku u vrat, vidit ćeš, da mu je sva sluznica jako crvena, jedan krajnik ili žabica (sa strane grla stojeća bademu slična žliezda) otečena je, kadkad su i obe otečene, žabica zna kadkad tako oteći da je kao kesten velika, jako crvena, a po njoj su često kao bieli čepići utaknuti, tako veliki kao glavica od gumbašnice.

Bolestnik kroz nos govori; kad govori, rekao bi, da mu se nješto po ustima valja, na toliko mu otešćava govoriti.

Ovo traje tako njekoliko dana; poslie žabice opet splasnu, sluznica opet dobije svoju naravsku boju, biva bliedo-rumena, kao što je i prije bila; gutanju ništa ne smeta, glas se popravi, biva čist, a govor jasan — bolestnik je ozdravio.

Kada tko zapalu vrata ima, neka njekoliko dana iz postelje ne silazi, neka meće Priessnitzov oblog na vrat.

Da ti bol umine i da laglje gutati možeš, najbolje je, da se služiš ledom. Uzmi svakih 5—10 minuti komadić leda, velik kao trešnja, pa pusti da ti se u ustima raztopi.

Najobičniji uzrok zapali grla jest prehlada. Ovu bolest dobit ćeš, kada prerano zamieniš zimsko toplo odielo laganijim i manje toplim; kad odrežeš sasvim na kratko kosu; kad sve do kože pokisneš te onda osjećaš, da ti je zima itd.

Kadkad više osoba u isto vrieme dobiju zapalu grla, tad kažemo da je zapala grla epidemička. Ako želiš, da te zapala grla ne muči, a ti postavi stražara; taj neka ti bude otvrdnuće tiela, a navlastito peri vrat hladnom vodom; ne nosi odviše težko, ni toplo odielo, ne nosi maramu na vratu, pa se neboj zapale grla.

GROM, KAD KOGA UDARI.

Sila groma na čovjeka je dvojaka, ili će ga grom opaliti ili će ga potresti.

Kad koga grom opali, pogodit će mu samo tielo ili će mu se haljine užgati ili će kovine, koje uz sebe ili na sebi nosi, užeći i topiti. Rane gromom nanesene težko se srastu i to zato, jer obično u dubljinu zalaze. Čudno i nepojmivo je, što grom kadkad opali kožu i po njoj tvori kao žile, prutke i grančice, po kojih se vodeni mjehurići naprave, koji se brzo osuše, ili se samo ondje koža ljušti, a da se nisu mjehurići napravili.

Potresujuća sila groma pokaže se time, što čovjeka obori i na čas ga usmrti ili mu haljine, dapače i pojedina uda od tiela odkine.

Ovakav bolestnik veoma je sličan onomu, komu se mozag potresao. Bolestnik se istom poslie njekoliko sati ili čak poslie njekoliko dana osviesti.

Ako je koga grom udario, pa ga je osakatio, da mu se koje udo ukočilo, da ne može govoriti, ne vidi, ne čuje, ne osjeća miris, ne treba sdvojiti, jer može i da poslie njekoliko mjeseci ozdravi.

Kad koga grom udari, može i poluditi.

Rane od groma neka se lieče, kao i druge rane; osim toga treba nastojati, da je sve mirno i tiho oko bolestnika. Ako mu se mozag potresao, treba ga polievati hladnom vodom i klištiriti ga sapunicom, octom ili slanom vodom.

Ako se ukočenost, kljenut, udova poslie njekoliko nedjelja ili mjeseci sama ne izgubi, treba da se lieči munjinom.

Kad koga grom udari, iznesi ga na zrak, ako ga nije gdje na polju grom ošinuo; poškropi mu lice hladnom vodom, a glavu mu njome polievaj, podražuj mu nosnice nišadorovicom, poškakljaj mu ždrielo perom, daj mu hladan klištir, protari mu sve tielo i metni po gdje gdje gorušičnu kašu.

Ako svega toga nemaš, pa ne uzdahne li nesretnik uz sve to, obraćaj ga i spružavaj mu ruke, kao kod utopljenika.

Takova čovjeka ne valja zakopati u zemlju, kao što u njekojim predjelima rade.

GROZNICA.

Groznica (ognjica, vrućica, Fieber) je pojav, koji svaki put opažamo, kad u našem organizmu izgaranje jače biva, t. j. kad se mnogo više topline u našem tielu razvija, nego li se obično u zdravom tielu nalazi. Takovo pojačano izgaranje ili povećana toplina nastaje svaki put, kad se kakova upala tvori, bila ona na kojem mu drago dielu tiela.

Groznica mnogo puta počme **jezom** ili drhtanjem po svem tielu. Ovo drhtanje nema se pripisati tomu, što je tjelesna toplina spala, već ova zima nastala je odtuda, što se je krv iznenada povukla u nutarnje ustroje tiela. Površina kože time izgubi svu krv, te bude čovjeku upravo onako, kao kad je na jakoj zimi, t. j. pod površinom kože ležeće žile izprazne se, krv njihova priteče nutarnjim ustrojima.

Zima dakle, koju osjećamo, kad će nas groznica, dolazi odtuda, što se krv izpod površine kože natrag povuče, kao što svaki put biva, kad nam je hladno.

Ova zima dodje nam samo na njekoliko minuta, pa je poslie više ne osjećamo ili ćemo ju svaki put osjetiti, kad nas groznica spopadne, kao kod obične groznice.

Poslie zime sliedi **vrućina**. Krv velikom silom navali prama površini, ona se po svem tielu uzruja, koža se zacrveni; bilo silno tuče, koža biva goruća, kao da si žar po njoj posuo.

Kod ovako pojačanog izgaranja raste toplina te može lahko do 39—40° C., pa još i do više stupnjeva topline doći.

Čim više toplina raste, tim više vlage iz veziva nestaje, ona se kod izgaranja troši, zato čovjeka žedja mori.

Sada nastaje takovo stanje, da hrana, koju u tielo primamo, ne stoji u jednakom razmjerju prema izgaranju t. j. izgaranje uslied povećane topline biva silnije, pa jer za takovo izgaranje nedostaje ona hrana, koju smo u se primili, izgaranje troši salo, što se je u vezivu nakupilo, sala dakle sve više i više nestaje.

Lahko možemo sebi predstaviti, zašto sve sile klonu, kad pomislimo, da svaki ustroj, da uzmogne svojoj dužnosti zadovoljiti, treba opredieljenu mjeru krvi. Pa ne samo da u groznici nema svaki ustroj svoj nuždni dio krvi, već ta krv i po svojoj valjanosti nije, kakva treba da bude, zato vidimo da u groznici ponajprije probava strada, jezik se bieli i volja na jelo izgubila se.

Ako je vrućica vrlo silna, ne samo da će bolestnika glava boliti, to je već kod svake obične groznice — već može i buncati (fantazirati), dapače i bez sviesti biti, što se opet tomu pripisati ima, kakova krv i koliko krvi mozgu pritiče.

Ako bi ovakovo zatorno stanje dulje vremena potrajalo, uništilo bi ili ako već ne bi uništilo, a ono bar jako izmienilo sve ustroje u čovječjem organizmu, što obično kod pošaline (Typhus) biva, da sila groznice i bolesti nema svoje granice. Čim dodje bolest do stanovite granice, groznica malo po malo popušta i tjelesni ustroj opet se malo po malo vraća u svoje normalno stanje.

Kod njekojih bolesti, kao kod obične groznice, dolazi groznica njekim redom, poslie 1—2—3 dana. Za vrieme, kad ovakova groznica čovjeka ne mori, osjeća, da je prilično zdrav, izuzam što je od groznice slab, i što nema volju na jelo.

Kod njekojih bolesti ne opažamo, da groznica čovjeka na njeko vrieme ostavlja, pa se opet vraća, već ga ona mori od početka, pa sve dok bolest traje. Ta groznica ne hara jednakom silom, već obično iza jutra popušta, da bude tim jača na večer.

Groznica nam može biti mjerilom, po kojem ćemo poznati, kakva se bolest u čovjeku razvija.

Kod pošaline vidit ćemo, da groznica od početka pa sve dok bolest na bolje ne okrene, uvjek jača biva, t. j. toplina raste jutrom i večerom. Ako n. pr. danas u jutro mjerimo toplinu, pa vidimo, da je toplina pol stupnja manja, nego je sinoć bila, to ćemo pogledati,

kakva je toplina jučer u jutro bila, tad ćemo viditi, da je današnja toplina jutrom veća, nego što je jučer bila. Isto tako će toplina na večer biti veća, nego li je predidućega dana bila.

Ako opažamo, da je ma samo jedanput u istoj nedjelji toplina bilo s večera, bilo s jutra, manja nego, što je prošloga dana bila, trebamo se bojati, da će bolestnik od pošaline stradati.

Drugo nas uči groznica kod upale pluća. Kod ove bolesti može toplina danas na večer manja biti, nego što je sinoć bila, pa zato ipak ne smijemo kazati, da bolestnik od upale ne strada ili da je bolest već na izmaku.

No i kod užgaline pluća groznica je znatna. Ona hara 5—6—7 dana strašnom silom, pa popusti na jedanput, tako da se bolestnik brzo oporavi, kao kod nijedne druge bolesti.

Kod rana može groznica trajati njekoliko dana, a da ne popusti ni jedan čas; ili u jednom danu više puta sad popušta, sad je opet jača.

Groznica rado noćju spopadne one, koji od sušice stradaju.

Najslabije su groznice kad čovjek boluje od ozebe na organima disala, probave ili močila; a nikakove groznice nema, tko strada od kroničnog katara rečenih ustroja.

Najjaču silu razvija groznica kad tko strada od pošaline, od užgaline porebrice, pluća, potrbušnice; kod upale opnica, kojima je mozag obavit; kad tko ima boginje, škrlet, ospice itd. Isto tako ima groznica svoja osobita obilježja, koja dolaze odtuda, što u krv dospiju otrovne sastojine. O takovoj groznici je obširnije na drugom mjestu.

Osim što je groznica osebna bolest, kao kod obične groznice, ona je symptom (obilježje) ili pratilica druge bolesti, koja se u organizmu razvija. Nema sumnje, da svladajući ili oduzimajući groznici silu kod njekojih bolesti, da smo ujedno i istu bolest, ako ne sasvim uništili, a ono ju bar manje opasnom učinili.

Pa jer upravo jaka groznica u mnogoj bolesti sve sile uništava te je i uzrokom smrti, to ćemo bolestnika spasiti, ako se proti groznici borimo, te je po mogućnosti ublažimo.

Proti groznici najsigurniji liek je **chinin,** koji se dobiva od chinove kore. Najbolji dokaz, da chinin sbilja groznicu zatire, jest to, što se svuda, pa već gotovo 150 godina proti groznici uzima. U najnovije doba se proti groznici prepisuje **Antipyrin, Antifebrin, Phenacetin** itd., nu težko da će i jedan od ovih liekova chinin iztisnuti. Uz rečene liekove djeluje proti groznici i **hladna voda,** — pa ako smijemo pojedinim slučajevima vjerovati, — i hladan zrak.

Velika toplina, koja se kod groznice razvija, te koja na tjelesni organizam štetno djeluje, opominje nas, da ovu toplinu ublažimo, a

ne da ju još povećamo, zato ne ćemo bolestnika, koji vrućicu ima, držati u ugrijanoj sobi. Tražimo za takovog bolestnika ljeti sobu, koja je više hladna, a zimi da ne bude u sobi više topline od 12 do 14° R.

Žedju i vrućinu od groznice bolujućemu ugasit i ublažit ćemo, davajući mu hladna pića, kao što je limonada, voda sa sokom od ukuhanog voća ili ako svega toga nemaš, metnut ćeš njekoliko kapi octa u vodu ili ćeš mu samo frižke vode dati.

Ludo bi bilo, da takvog bolestnika siliš da jede, jer smo čuli, da mu ne može želudac hranu prokuhati.

Neka nitko groznicu na lahku ruku ne uzme. Dobro će učiniti, da ga liečnik pregleda, jer svaka groznica može biti uzrokom kako neznatnoj, tako i opasnoj bolesti.

Najbolje ćeš znati, da li bolestnik ima groznicu i kako je jaka, kad mu izmjeriš toplinu. Čim je toplina veća od 37° C., znak je, da ima groznicu. Ona se pokazuje i time, što se koža zacrveni i gori, bilo jače tuče, do 100 puta u jednoj minuti, glava boli, ruke i noge klonu, žedja je vrlo velika, jezik suh itd.

Proti groznici možemo upotriebiti klištir sa ⅓ octa i ⅔ mlake vode. Možemo tielo prati sa rakijom komovicom, u kojoj ima soli (Franzbranntwein). Metati ćemo hladne obloge na glavu, dati ćemo bolestniku prije rečena hladna pića, a možemo mu dati i soda-vodu. Ove liekove može svatko kod groznice upotriebiti, nu liečiti groznicu sa ljekarijama ili hladnom vodom samo je liečniku dozvoljeno.

Po tomu, kako je groznica jaka, prepisati će liečnik ¼—½—1—2 grama chinina; a to drugi, osim liečnika, ne zna opredieliti. Isto tako je i sa hladnom vodom; samo liečnik zna, koliko se topline tielu oduzimati smije.

GROZNICA BABINJA.

Još prije nekoliko desetak godina babinja groznica (porodiljska ognjica, Wochenbett-, Kindbett-fieber) bila je strah i trepet radjajućih žena, jer je s nje mnogi mladi život podleći morao. U današnje vrieme one okolnosti sasvim su se promjenile. Odkada je profesor Semmelweis u Pešti svojim neumornim nastojanjem došao do uvjerenja, da je ova bolest priljepčiva ili kuživa, da se većim dielom pojavi radi toga, jer ju liečnici i primalje svojim rukama i orudjem s bolestne babinjače na zdravu prenašaju; — odtada se je sve više i više na čistoću paziti počelo i razkužbom žene od očite pogibelji izbavljalo.

Ustroji radjanja predstavljaju nam se poslie poroda kao velika rana, koja je osobito prikladna da se za nju hvataju nevidimi duš-

mani, bakterije, koji su začetnici bolesti, te koji se mogu, kad padnu na sgodnu podlogu, tako umnožiti, da će od njih sav tjelesni ustroj stradati.

Poznato nam je, da je zrak u sobama, osobito u onim, koje su slabo provjetrene, pun sićušnih, prostim okom nevidivih gljivica, koje se ako ih ne uništimo, vrlo brzo u neizmjernoj množini razplode, osobito ako padnu na takovo tlo, gdje sva uslovja za svoj obstanak nadju.

Nadalje je poznato, da se rane, koje inače nisu pogibeljne, raztrovati mogu, ako takove gljivice na nje napadu.

Putevi, kroz koje čedo pri porodu prolazi, jesu takovo sgodno tlo za razplodbu onih nevidivih gljivica, jer čistilo iza poroda (Wochenfluss), te čestice od materice i veziva, koja se lupe i odpadaju uslied toga, što su od natiska stradala i tako uništena, raztvaraju se, a ovo raztvaranje ili gnjijenje baš pruža sve uslove, koji onim gljivicama za bujnu vegetaciju trebaju.

Ovo su dakle uslovi, pod kojima se babinja groznica pojavljuje i koja u bitnosti nije ništa drugo, nego groznica, koja dolazi i kod drugih rana pod istim uslovima.

Pojavi bolesti i tečaj babinje groznice jesu sliedeći:

Prvih dana iza poroda napade babinjaču jaka zima, doskora se pojavi upala opne trbušnice uz pratnju svih, upalom skopčanih opasnosti.

Rane spolovila ne vide se više naravski, čistilo ima prljavu boju i jako zaudara; a kad se babinja groznica jako usili, smrt je neizbježiva.

Kako ćemo babinju groznicu liečiti?

Prije svega nuždno je, da znaš, što ćeš i kako ćeš, da se babinja groznica nikako ne pojavi.

Babinjaču očuvat ćeš od te napasti, ako iza poroda što manje u spolovilo diraš. Zatim, kad sa ovim čestima posla imaš, da pridješ najčistijim rukama, da rabiš skroz čiste sprave i orudja, da upotriebiš sasvim čistu rubeninu i posteljinu i da svaki posao kod babinjače obavljaš u čistom zraku. Zato će primalja, kojoj je stalo do zdravlja svoje rodilje, provjetriti sobu, u kojoj babinjača leži, prije nego kakav posao preduzme i poslie dovršenog posla.

Ako liečnik i primalja savjestno svoje poslove vrše, ako je uz to okolica rodilje inteligentna, koja rado prima i sluša savjete liečnikove i primalje, to je bez sumnje, da se neće kod takove babinjače babinja groznica pojaviti. Zdravoj rodilji ne treba u rodnicu štrcati; dosta je, ako se vanjsko spolovilo čisto drži, često podloge, provlake i rubenine mienjaju i u sobi uviek čist zrak bude.

Ako bi se ipak babinja groznica pojavila uslied toga, što se je babinjača sama okužila, jer su odpadci i veziva iz materice gnjiti počela, tad se mora babinjači rodnica uštrcavanjem razkužiti.

Ovakovo uštrcavanje odrediti će sam liečnik, te će bolna mjesta ili sam razkužiti ili će taj posao primalji povjeriti.

Nadalje će liečnik upotrebiti liekove proti groznici; u tu svrhu poslužit će kao nutarnji liek: chinin i salicilna kiselina. Prema potrebi odrediti će liečnik i kupelji, hladno zamatanje cieloga tiela itd.

Vidiš li, da koja žena ima babinju groznicu, pozovi odmah liečnika. Nije li liečnik u blizini, dok on dodje, ako bolestnica ima veliku vatru, metni joj hladne obloge na glavu; daj 1—2 žlice ricinovog ulja u mlieku, crnoj kavi ili juhi, da dobije stolicu. Za napitak daj hladne vode i limunade. Ako bi bljuvala, neka uzme komadiće leda u usta, neka ih drži, dok se led ne raztopi. Kad dodje liečnik, slušaj njegovu odredbu.

GROZNICA MLIEČNA.

Drugog, trećeg ili četvrtog dana poslie porodjaja pritiče u mliečne žliezde više mlieka. Ovaj obilatiji pritok mlieka skopčan je obično s povećanom toplinom. Tomu pojavu veli se mliečna groznica. U naše vrieme liečnici to ne smatraju njekom ozbiljnom bolesti, kao što su mislili liečnici i narod u staro vrieme. Bolesti, koje se iza poroda pojavljuju, dodju obično u isto vrieme, kad i veći pritok mlieka u žliezde, zato su stari mislili, da je veći pritok mlieka uzrok bolesti. Danas se za sigurno zna, da bolesti babinjače nisu u nikakovom savezu sa mliekom.

Prava i jaka groznica, koju žena prvih dana iza porodjaja dobije, ne zaslužuje nedužno ime »mliečna groznica«, to je opasna »babinja groznica« (vidi istu). Tako su i bezsmislene rieči, kad tko kaže »da je mlieko udarilo u glavu«. Mlieko nikada u glavu ne udari, niti posredno, niti neposredno. Sve, što se mlieku i mliečnoj groznici pripisuje, jesu obilježja druge bolesti, pri kojoj mlieko nikako ne učestvuje, niti sudjeluje.

Mliečna će groznica doći, t. j. veći će se pritok mlieka uz povećanu toplinu javiti, kad mati ne da već prvoga dana djetetu da sisa, nego čeka dva, tri dana; dojke će tad od silnoga mlieka nabreknuti i oteći, uz to će kadkad i glava silno zaboliti. Ovi će pojavi popustiti, čim počme mlieko iz dojke teći ili čim ga diete izsisa.

Mlieko će bolje curiti, ako vežeš prsa uzgor, te na nje mećeš tople obloge.

GROZNICA PROSTA.

Pod imenom »prosta groznica« (Malaria, močvarna groznica, Wechselfieber) razumieva se bolest, koja se drži onoga mjesta, gdje se je pojavila, dakle endemično bolovanje.

Još se pravo ne zna, da li su klice ove bolesti bakterije ili su proizvodi bilinske truleži, samo je dobro poznato, da se prosta groznica drži močvarnih mjesta i predjela, koji su čestoj poplavi izvrženi.

Groznica se ne prenosi od osobe na osobu, već ona spopade pojedinca, koji je izvržen onim neprilikama, što po groznici u prilog idu. Ako tkogod groznicu ima, pa dodje u mjesto, gdje za groznicu ne znaju, čovjek ne unese u to mjesto groznicu, nego i sam od nje vrlo brzo ozdravi. Iz toga sliedi, da je preseljenje od groznice stradajućeg u mjesto, gdje groznica ne vlada, velika blagodat za njega te je i najbolji liek, da je se rieši.

Prosta groznica dvojako čovjeka muči: vrućinom i zimom (vrućica i zimnica). Zimnica muči sviet u umjerenom podneblju, a vrućica u vrućem. Kad čovjek ima zimnicu, neopredieljeno je vrieme prost od nje; medjuto, dok ga groznica opet ne spopadne, sasvim se zdravim osjeća, dočim vrućica ne daje nikakovog oduška t. j. od groznice do groznice nema dana, da bi se čovjek zdravim osjećao.

Groznica, koja kod nas vlada, počima jakom zimom, a ova može da traje samo njekoliko minuta, nu može da je bude pol sata, a po njekoga drži i po više sati. Zubi cvokoću, lice je bliedo, propalo, a koža se ježi, sve se tielo trese i drhće od ljute zime, malo po malo gubi se zima, drhtanje prestane, površina tiela ugrije se, glava jako boli, javlja se jaka žedja, bolestnik nalići na onog tko od pošaline strada.

Kad je ovako vrućina čovjeka 4—6 sati izmučila, počme se znojiti, bolestniku nješto odlahne, te poslie 1—2 sata osjeća, da mu je dobro, samo što je vrlo umoran. Ovako mu odlahne na 1—2—3—4 dana, tad ga groznica i opet isto onako spopadne; kadkad ga snadje u isto doba dana. Ako se groznica ne lieči, može bolestnik od nje po više mjeseci, dapače i po više godina stradati. Kadkad od nje od velike slabosti i umre. Svaki put, kad groznica koga snadje, oteknu slezena, te ako dulje vremena traje, slezena ostaju ponješto otečena.

Proti prostoj groznici ima samo jedan i to sasvim siguran liek, a to je chinin. Uzima se u množini od 10, 20 do 30 centigrama na dva sata prije, nego će groznica doći. Ova biva sve slabija, popušta, te napokon sasvim izostane.

Kad te groznica ne drži, budi oprezan, što se jela tiče; ne jedi nikakovog priesnog voća, u obće jedi jela, koja se lako probaviti dadu. Prosta groznica kad se izlieči, rado se opet povraća, recidivira.

Koga groznica muči, najbolje čini, ako mu može da bude, da napusti okolicu, gdje groznica vlada. Ako čovjek otidje iz takovog mjesta u zdravo, ne treba se bojati, da će se groznica povratiti.

Groznica vrućica, koja se drži vrućeg podnebja, mnogo je teža bolest; ona pošalini veoma naliči, te se takodjer chininom lieči.

Da se razhladi i osvieži, tko groznicu ima, neka pije hladne vode, vinom, vinovom kiselinom, sokom od limuna pomiešanu vodu ili neka ulije u vodu koju kap octa (sirčeta) ili malinova soka.

Ako bolestnik u groznici bunca, treba mu metati hladne obloge na glavu.

Narodno liečenje od proste groznice u njekim mjestima Slavonije je ovo: uzmu za tri novčića smokava iz dućana i za dva novčića bibera (papra). Biber na sitno stuku, smokve razrežu, pa u razrezane smokve nasipaju onaj tučeni biber. Kad groznica jako savlada, onda pojedu smokve s biberom; vele, tko je pokušao to jesti, groznica ga već ni jedna više ne će hvatati.

GRČ U ŽELUDCU.

Pod ovim imenom razumievamo grčevite boli u želudcu (Magenkrämpfe), kojima nije uzrok to, što su se želudačna veziva razbolila, nego su te boli došle od udaljenih ustroja, koji su jedino po živcima sa želudcem u savezu. Mogu te grčevite boli poteći i od kakove bolesti, od koje i želudačni živci neposredno bolovati moraju.

Tako vidimo, da dobije grč u želudcu, tko je malokrvan ili bliedobolan, tko običnu groznicu ima i tko boluje od kakove živčane bolesti te hipohondrične i histerične osobe.

Osim ovih, tako rekuć indireknto dolazećih grčeva u želudcu, doći će kod mnogog svieta grčevi u želudcu, kad im nješto sam želudac podražuje. Tako će gdjekoji dobiti grčeve kad jede nezrelo voće, zelenu šalatu, kada pije kakvo jako hladno piće itd. Ovi grčevi dolaze časomice u ono vrieme, kad ga grčevi ne drže, bolestnik je sasvim zdrav i ne osjeća nikakovih boli u želudcu. Kad ga napada grč, sav se svije i uvija od ljute boli. Grčevita bol počima od žličice, pa se proteže sve do krsta; želudac se izboči te je okrugao kao kruglja, a trbuh se napne. Lice takvog bolestnika sasvim pobliedi, vidi se i na njem, kakva ga muka muči. Kad pritisneš želudac, ne ćuti da ga boli, kadkad mu i odlane, kad mu natisneš želudac. Ovakav nastup traje njekoliko minuta, kadkad ¼ do ½ časa, a prestaje iznenada, čim se bolestniku podrigavati stane ili čim se izbljuje. Poslie, kad grč popusti, još je njeko vrieme umoran i nemoćan.

Tko strada od grčeva u želudcu, neka se svojski pobrine, da se izlieči od one bolesti, koja je uzrok grčevima.

Malokrvni i bliedobolni moraju se liečiti željezom, grozničavi chininom itd.

Kad grč drži, metni bolestniku na želudac tople suhe obloge; daj mu šalicu titričnog čaja ili od metvice ili tinkture od opija, a valja napraviti i podkožno uštrcavanje sa morfiumom.

Takovim liečenjem mogu grčevi odmah prestati; nu uštrcavanje dozvoljeno je samo liečniku ili osobi, kojoj taj posao povjeri liečnik.

Ako ne možeš brzo do liečnika, daj bolestniku mužkarcu do 15, a ženskinji do 10 kapi opiumove tinkture.

HRAKANJE KRVI.

Malo je bolesti, radi koje bi se bolestnik i okolica njegova tako uplašili, kao što se uplaše, kad opaze da krv pljuje ili hrače.

Krv sama po sebi, čim ju samo opaze, već je za mnoge plašilo, a kad pomisle, da dolazi iz ustroja, koji je za život toliko važan, onda ne znaju, što da rade od muke i straha. Bolestnik i okolina mu misle, nema druge, valja umrieti. Al gle, koliko se varaju! Ne mora svako hrakanje krvi opasno biti. Ima slučajeva, da puknu sićušne žilice u dušniku, pa odtuda onaj sasvim nedužni krvotok. Istina, mnogo puta se dogodi, da onomu, tko težko na prsima boluje, takove žilice puknu; za toga dakako je hrakanje krvi opasno; nu tko je dosad sasvim zdrav bio, pa iznenada počme krv kašljati, taj se ne treba bojati, takovo izbacivanje krvi ništa ne škodi. U tom slučaju ni pri najtočnijoj pregledbi neće liečnik ništa opasna naći na plućima i takav umišljeni težki bolestnik dočekat će veliku starost sa podpuno zdravim ustrojima disala.

Kad je tko na srdcu bolestan, kad ima katar na dušniku, kad su mu žilice na stienkama dušnika vrlo slabe, te lahko puknu, kao što se to mnogo put opaža kod bolesti, kad se krv izrodi, pokvari, a kadkada da mu se za uzrok ne zna, bolestniku se čini kao da mu se nješto vrućega dušnikom diže, kad ono, što mu se po dušniku diže, u usta dospije, osjeća njekakav sladki ukus, a kad izpljuje, čim su mu usta puna, hoće da svisne od muke i straha i on i oni, koji su oko njega, jer to je prava pravcata krv. Još će se njekoliko puta nakašljati i svaki put doći će krv s kašljem. Ovakove izhrakane krvi može biti pol i do jedne litre.

Kada tko nedužno hrakanje krvi ima, nema nikakovih obilježja, kao što su ona, koja uslied bolesti dolaze. Ako je čovjek do sada sasvim zdrav bio, to će mu krv doći, kad se naglo kreće ili kad jako kihne a, da ne osjeti, da mu je što težko, samo što će mu u grlu njekako neobično biti. Od jednoga do drugoga hrakanja osjetit će kao da mu nješto u prsima grca, a to dolazi odtud, što se ona krv, koja se u dušniku skuplja, diže i spušta.

Takovi ljudi, ako i nisu mnogo krvi izgubili, probliede te su puni straha, kao da im je već smrt za vratom; dok su oni, koji su zaista na prsima težko bolestni, za čudo mnogo puta sasvim mirni, rekao bi, da ih se to ništa i ne tiče; pa akoprem često puta mnogo krvi izgube, njima se to vidi malenkost, koja je sasvim bezazlena.

Izvanredno riedko dogodit će se, da je hrakanje krvi smrtonosno i to samo onda, ako bi koja znatnija žila pukla ili kad bi se bolestnik od krvi udušio.

Ovakovo hrakanje krvi, naime po život bez pogibelji, skoro se ustavi; poslie prvoga hrakanja kašljat će još njekoliko puta, pa će hrakanjem i grudice krvi doći, nu svaki put su hračke manje crvene, dok se na posliedku poslie njekoliko dana svaki trag od krvi izgubi.

To hrakanje može se poslie njekoliko nedjelja, mjeseci, dapače poslie njekoliko godina opet pojaviti, a možebiti da jedanput u životu dodje, pa nikada više.

Time nije rečeno, da je hrakanje krvi sasvim neznatna pojava, naprotiv savjetujemo svakoga, koji takovo hrakanje ima, da ga liečnik što prije pregleda; samo se mora još jednom spomenuti, da čovjek nikakovog straha sebi ne zadaje, dok ne opazi, da ima obilježja druge bolesti.

Točna liečnička pregledba najbolje će kazati, ima li kakova opasnost, pa će onda liečnik i odrediti, što je nuždno, a krv hrakajući neka je sebi sam prijatelj, pa neka točno sluša savjete i pouke liečnikove.

Takav bolestnik mora da je tjelesno i duševno miran. Neka se prodje gostbe i ljubakanja s drugim spolom.

Šetnje na prostom zraku, kad nema vjetra, hrana lahka, koja se brzo probaviti može, onda redovita stolica biti će mu vrlo hasnovita.

Osobito, i to punim pravom, obljubljeni domaći liek, jer je u stanju krv zaustaviti, je naša kuhinjska sol. Ona treba da je sasvim sitno samlivena; jedna kašičica dovoljna je, da ustavi krv. Njekoji preporučuju, da ovakovi bolestnici ruke umaču u toplu vodu. Liekovi mogu se uzeti svi oni, koji valjaju za bljuvanje krvi, uz to može se davati i Hallerove kiseline po 10 kapi u šećerom zasladjenoj vodi.

Driemkove liekove, koji su vrlo dobri proti hrakanju krvi, prepisati će liečnik.

Kad bolestnika hrakanje krvi ostavi, ima da pazi na sve ono, što je kod bljuvanja krvi kazano.

HRANA.

Čovječje tielo u pogledu sposobnosti za rad može se prispodobiti sa strojem, koji će te samo dotle služiti, dok je sile, koja ga pokreće izvan njega, a to je ruka ili noga radnikova. Ovu silu može stroj sam da proizvodi, ali u tom slučaju treba izvana da mu se materijal dobavi, vode i goriva kod parostroja.

Osebujna razlika izmedju čovječjeg organizma i bezživotne makine sastoji se u tom, što stroj prestaje raditi, čim se iztroši sila kod stroja, koja ga pokreće, ali on ostaje nepovriedjen. Dok kod čovječjeg organizma, ako mu ne dodje dovoljno materijala, da se pokreće, mora pokretnu silu od sebe samoga trošiti.

Pri tom ta sila sve to više slabi, ali će još uviek ponješto djelovati dotle, dok se sav materijal, nalazeći se u organizmu, ne iztroši.

Čovječji organizam u starijoj dobi sliedi pravac u protivnom smjeru, kojim je u mladosti išao. Tad je materijal, koji mu je iz vana došao, upotrebio ne samo za pokretnu silu, već ga je upotrebio za daljnji razvitak i uzdržavanje samoga sebe. U starijoj dobi ili u bolesti, kad mu ne dodje dovoljno materijala iz vana, uzima opet što je za svoj razvitak trošio, te mu služi za pokretnu silu.

Materijal, koji se organizmu iz vana dovodi, da ovaj dovoljno pokretne sile ima, t. j. da je sposoban za rad, da se razvijati i uzdržavati može, taj materijal naziva se hrana.

Za pravodobni primitak hrane brine se narav sa dva osobita čuvstva, s kojima je životinjski organizam providila, te koja ga sjećaju, da mu treba pokretnog materijala, a ova su: **glad** za krutu hranu i **žedja** za tekućine.

Kako je glad učinio čovjeka, štono riečprefriganim i domišljatim, vidi se odtud, što je čovjek prerovao i pretražio sva prirodna carstva, samo da potrebi svojoj zadovolji t. j. nuždnu hranu priskrbi. (Vidi »hranila«.)

HRANILA.

Priroda zahtieva, da bude hrana, sastavljena od sastojina, koje će koli za pokretnu silu, toli za daljnji razvitak i uzdržavanje čovječjega organizma služiti.

Hrana dakle mora da u sebi sadržaje tvari i počela, iz kojih je u bitnosti samo čovječje tielo, te koji su mu nuždni, da bude sposobno za opredieljeni rad. Sastojine, koje hrana u sebi ima, a nisu čovječjem organizmu nuždne, narav opet kao nješto neuporabivo i nepotrebno izbaci. Što je jednostavniji spoj počela u hrani, te što je manje promjeni izvržena, da opredieljenje svoje postigne, to lakše se probavlja; što dakle bolje svrsi odgovara, to više hranivosti u sebi ima i tim je više hraniva. Što je u hrani različitiji spoj počela, što su mnogobrojnije promjene, kojima se podvrći mora, dok bude sposobna, da čovječji organizam hrani, to se teže probavlja. Što manje počela hrana u sebi sadržaje, koje organizam u svoju svrhu upotriebiti može, to manje je hraniva.

Najvažnije sastojine čovječjega tiela jesu: krv, mozag, živci i mišice. Ovo je gradnja čovječjega tiela, a za uzdržavanje sgrade t. j. tiela, nuždno je, da se tielu dobavljaju ona počela, iz kojih se temelj ove gradjevine sastoji, ova su: ugljik, vodik, kisik i dušik. Nuždno je dakle, da se tielo hrani hranom, koja ova četiri počela u dovoljnoj mjeri ima; a to su bjelančeva ili dušična hranila. U rod takove hrane spadaju jaja, mlieko i meso. Ovu hranu dobivamo iz životinjstva. Ta počela smatraju se kao temeljna gradja.

Za ovima sliede počela, koja čine tjelesni ustroj za rad sposobnim. Tim izrazom ne misli se samo na rad čovječjega tiela u ljudskom družtvu, već se tuj razumieva i rad ustroja u samom tielu jedno s drugim.

Prvi rad, naime u družtvu ljudskom, jest hotomičan; on čini da je čovjek jedan dio cielokupnosti svemira. Svrha drugoga rada t. j. ustroja čovječjega tiela u zamjenici, jest organizam sam.

Prvo djelovanje glasi: raditi ili činiti razumno nješto u poznatu svrhu; drugo djelovanje znači: uživanje ili neznatni rad organizma za uzdržavanje samoga sebe.

Pod »uživanje« ne razumieva se tuj naslada, svjetsko uživanje, nego onaj neprestani rad ustroja medju sobom, kojemu je glavna svrha, da se tielo čilo na životu uzdrži.

Ova dakle sposobnost tiela za rad, služila ona uživanju ili borbi za svagdašnji zalogaj, zahtieva, da se u tielu razvija toplina. Ovo ćeš postići, ako tielu priskrbiš počela, koja će učiniti, da će se u tielu »toplina« razvijati, a ta će se razvijati izgaranjem, i to na taj način, da se u tielu organičke sastavine u savezu sa kisikom, razpadnu i raztvaraju. Kisik se pomoću pluća disanjem tiela pribavlja; a organičke sastavine dodju s hranom i pićem u tielo.

U tu svrhu treba tielo hraniti hranom, u kojoj ima dosta ugljika i vode; a to su tako zvani ugljeni hydrati i masti; ta hranila ili vrlo malo ili nimalo dušičnih tvari u sebi imaju.

Ako sve dobro promisliš, to ćeš se uvjeriti, da je za tvorbu tiela i daljnjeg uzdržavanja njegovog neobhodno nuždno, da se hrani dušičnim hranilima, i da se sposobnost za rad poglavito omogućuje hranilima, u kojima nema dušičnih tvari. Obe vrsti hranila, i ona, koja u sebi imaju dušika i ona, koja ga neimaju, valjaju samo onda, kada se u njekom razmjeru tielo s njima hrani. Ako bi se tielo samo s jednom vrsti hranila hranilo, bila bi izhrana jednostrana.

Mast je u izhrani od velikog značenja, jer ona se u organizmu ne iztroši kao šećer i škrob, nego se kao tustina u tielu slegne, da poslie služi kao zaliha u ono vrieme, kada tielo nije u stanju, da prima nuždnu hranu, te kada je izgaranje uveličeno, kao što to obično biva u bolestima, u kojima tielo mršavi, te se tustina iztroši, o čem se svatko osvjedočiti može.

Osim toga tustina podpomaže želudac u njegovom radu; ona mu pomaže da brže bjelančevinu raztvara te čini da bude griz ili želudačna kaša (Speisebrei) više gladka i za probavu sposobnija.

Medju bezdušična hranila broje se sva hranila, koja se iz bilinskog carstva dobivaju.

Tustine, naime masti i ulja dobivaju se stranom iz bilinstva, stranom od životinja.

Od hranila nije manje važnosti voda, koja se pije. Da nam je sbilja voda od prieke potrebe, vidi se odtud, što su ¾ česti našega tiela vodene sastavine.

Voda u tekućem obliku raznese hranila u sve česti našega tiela; ona je takodjer posrednik, da se tvari, koje se u tielu raztvaraju, te koje bi po zdravlje škodljive bile, da duže u tielu ostanu; s njome se ove splakaju i izlučuju. Nadalje zavisi sposobnost organa za rad od toga, kako su razvlaženi. Ovo razvlaženje stoji u razmjeru vode, što ga u tielu ima; voda takodjer po svom kemičkom sastavu u sebi ima tvari, koje su tielu nuždne.

Voda se tielu pribavlja na razne načine. Ona je i sastojina jednoga diela hrane; ona je temelj juhe, čaja, vina, kave itd.

Daljnje sastojine naših hranila potiču iz rudstva — soli, amo spadaju kuhinjska sol, natron, vapnene soli itd. Kuhinjsku sol dodajemo našim jestvinama, a ostale soli i tvari nalaze se u dovoljnoj mjeri u hrani.

Iz svega ovoga vidi se, da je za obstanak našega tiela i njegovo valjano uspievanje neobhodno nuždno, da tielo ne trpi oskudicu od jedne i druge vrsti hranila, računajuć k ovima i vodu.

Dokazano je različitim pokusima, da naša hrana mora da bude mješovita; ona mora da ima dušičnih bjelančevih sastojina (Albuminata) i tjelesa, koja su prosta od ovakovih tvari.

U najboljem razmjerju jesu hranila onda, kada na jedan dio dušične hrane dolazi 5 dielova hrane, u kojoj nema dušičnih tvari.

HRANJENJE MALE DJECE.

Hranjenje iz ruke (pitanje ili vještačko hranjenje) male djece, najobičnije i najlakše biva kravjim mliekom. Žensko mlieko ima u sebi više vode, masla i šećera, a kravje više sirnine i soli, zato se ovo lakše i sgruša (skisne, probije). Da se kravje mlieko sličnije ženskomu i za djetinji želudac za probavljanje bolje učini, treba mu dodati šećera i razriediti ga vodom ili još bolje primiešati mu sluzi od kuhanog ječma, zobi ili riže. Izprva treba da se djetetu dade 2 diela vode ili sluzi, a jedan dio mlieka, kasnije se daju dva diela mlieka, a jedan dio vode, i tako se sve po manje vode prilieva, dok do četvrtog mjeseca dodje; od tog mjeseca može se dietetu već i čisto mlieko dati, ako je inače zdravo.

Učeni ljudi pronašli su, da se mlieko i od najzdravijih krava, osobito ljeti, brzo pokvari, jer iz zraka dospiju u mlieko štokakve našem oku nevidljive gljivice i klice, koje mlieko pokvare. Ako se ono i vidi, da je dobro, to ipak djetetu škodi. Zato treba, prije nego se diete mliekom nahrani, da se dobro skuha, da se tako unište djetinjoj probavi škodljive klice. Mlieko treba odmah skuhati, čim ga mliekarica donese, ili čim se krava izdoji. Razumije se, da za mlieko treba čist sud, u kojemu se ništa drugo osim mlieka kuhati ne smije. Čim se mlieko skuha, treba ga pokriti, da zrak do njega više doći ne može. Mlieko se najbolje skuha i očuva da se ne pokvari, kad se kuha u Soxhletovom aparatu, koji je za tu potrebu priredjen.

Mlieko ne treba svaki put grijati na vatri; ono se ulije u flašicu iz koje će diete piti, te se onda flašica spusti u toplu vodu, dok se ne stopli tako, da kad mlieko u flašici razmutiš i onda ju na oko metneš, da osjećaš ugodnu toplinu. Ne treba nikada ustima kušati kakvo je mlieko.

Mlieko, koje diete ne izpije, treba za domaću potrebu ostaviti ili ga baciti; nikada se ne smije jedno te isto mlieko dva puta ugrijati i djetetu davati.

Diete neka se hrani prvih dana njegova života 2—3 sata po danu, a po noći svaka 4—5 sata. Kad diete poraste, neka se svaka 3—4 sata nahrani.

Najbolje će učiniti, tko diete priuči da se nahrani na večer oko 11 sati, pa onda da miruje do 5—6 sati u jutro.

Vrlo je zločest običaj, da se djetetu sisalo u ustima ostavi dok zaspi ili da ga dulje vremena u ustima drži, da je tobož mirnije. U sisalu zaostane mlieka, ovo se lahko skisne, kad ga diete popije, može se od njega razboliti i u ustima prištiće dobiti.

Čim se je diete nahranilo, treba sisalo i flašicu za taj posao sgodnom keficom očistiti, oprati i hladnom vodom poplahnuti. Flašica se naopako položi i na svoje mjesto postavi, najbolje da se spravi u

ormarić. Ako se je sisalo ili čep počeo kvariti, treba ga odma novim zamieniti.

Mjesto kravjega mlieka može se dati i kozje.

Istom kad je djetetu 5—6 mjeseci, može mu se dati i kruća, gušća hrana. Nije zdravo, da se djetetu prije tri mjeseca dadu na mlieko ili u vodi kuhana, štokakva brašna. Ustroji djetinjega želudca nisu još na toliko razviti, da bi mogli onda već takovu hranu probaviti. Posljedice takovog preranog hranjenja jesu različite bolesti i najčešće proljev.

U trgovini i ljekarnama preporučaju se mnogo štokakve primjese mlieku i različita brašna za hranjenje djece. Svako se od njih preporuča kao »najbolje«. Ako i jesu dobra, to opet nisu za svako diete. Što jedno dobro probaviti može i od čega napreduje, drugo od njega može oslabiti; — zato treba paziti, kako diete napreduje. Čim vidiš, da ti diete dobro ne napreduje, a ti mu hranu promieni. Ako želiš siguran biti, da ti diete napreduje, a ti ga mjeri i vagaj. Koje diete dobro napreduje, svaki dan će teže biti.

Primjese k mlieku iz dućana dobre su, nu što se kod kuće pripravlja, svakako je bolje, jer se zna, da se nije ustojalo ili čak i pokvarilo, kao što to kod kupovanja biva.

Evo jedne hrane za djecu, kojoj još nisu zubi nikli. Na deset žlica zasladjenog mlieka uzme se jedna žlica finoga brašna. Ovo se najprije razmuti sa malo hladne vode, pa se onda ulije u vrelo mlieko, te se pusti da malo prokuha; treba ga neprestano miešati, da se ne sgrudi. Možeš uzeti i bjelanjka, dobro ga kao snieg razbi te ga ulij u 200 grama oko 30° R. tople vode i malo posoli.

Kad hranjenoj djeci zubi poniknu, treba ih hraniti istom hranom kao i onu, što su sisala.

Mlieko se djeci najobičnije sisalom daje, od kojih ima raznovrstnih; najjednostavnija jesu najbolja, jer se lahko čistiti mogu.

Ako želimo, da nam hranjena djeca zdrava budu i dobro napreduju, treba se držati ovih pravila:

1. Pazite na najveću čistoću hrane i posudja, što se za kuhanje mlieka i hranjenje djeteta upotrebljuje.
2. Davajte djeci zdravu, toplu, za probavu njihovog želudca prikladnu hranu.
3. Hranite diete umjereno, točno u opredieljeno vrieme.
4. Promienite hranu, čim opazite, da diete od nje ne napreduje ili je obolilo.

HRBTENICA IZKRIVLJENA.

Izkrivljena hrbtenica ili je urodjena ili je tek poslie nastala. Hrbtenica se obično na stranu izkrivljuje; kad je tako izkrivljena, ona

se je od svojega ravnoga položaja, gdje bi stajati morala, odmakla i na stranu nagnula.

Kao uzrok izkrivljenoj hrbtenici, što se obično kod slabašne djece opaža, smatra se neumjestno držanje tiela, hrdjavo ustrojene školske klupe, nepravilno držanje tiela kod pisanja, nadalje jednostrano bolovanje opne porebrice, jer na toj strani izgube pluća svoju raztezljivost i time izgubi mišičje rebara svoju snagu, koja mu služi kod disanja za opredieljeni rad. Nadalje dugotrajne bolesti kralježaka, pri čem bolestnici i nehotice na jednu stranu hrbtenicu nakrivljuju i napokon bolesti zdjelištnih kosti i sgloba u kuku. U svim tim bolestima bolestnik se nehotice nakrivljuje, da posliedice bolesti izjednači.

Grbu ili grbava ledja ima čovjek, kad se gornji dio hrbtenice nazad izkrivljuje; ona će nastati od mekušavih kosti ili kad se je jedan ili više kralježaka razmrskao ili sdrobio. Nadalje će dobiti grbu tko ima zatorni kostni zažeg na doljnjem grudnom kralježku ili na bočnim kralježcima.



Sl. 30. — Izkrivljena hrbtenica. Izpravljač.

Liečenje izkrivljene hrbtenice sastoji se u tielovježbi i u nošenju ortopedičkih aparata (vidi »Disanje na jednoj strani«).

Najviše nade za ozdravljenje ima ondje, gdje je samo hrbtenica obolila, a ne gdje su zdjelištne kosti razorene, pa je s toga uništeno ravnovjesje tiela. Hrbtenica se može onda tek aparatom izpravljati, kad je bolest u hrbtenici već prošla; dok bolest traje, jedino se može bolestniku preporučiti da ravno na ledjima ili potrbuške leži, a to zato, da se bolest prije izlieči i da se time što više izkrivljenje hrbtenice preprieči.

Ako je čovjek od bolesti hrbtenice sasvim ozdravio ili je toj bolesti uzrok hrdjavo držanje tiela ili slabost pojedinih mišica, tad će tielovježba ne samo nepravilno držanje izravnati i popraviti, nego će i cielo tielo ojačati, što opet za izravnanje hrbtenice indirektno mnogo doprinaša.

Aparati, natezanjem, oduzimanjem težine onoga diela tiela, koji nad izkrivljenom hrbtenicom leži, izpruživanjem itd. izravnaju ili bar izpravljaju izkrivljeno mjesto (vidi sliku 30.).

Liečenje izkrivljene hrbtenice povjeri u tim bolestima vieštomu liečniku.

Izkrivljena hrbtenica najbolje se lieči u ortopedičkom zavodu; ondje će liečnik bolestniku kazati, kako aparat treba da nosi, da mu se tielo izpravi.

HRBTENJAČA BOLESTNA.

Kao što zna sielo bolesti biti u mozgu samom ili na opni, kojom je mozag obavit, tako je isto i kod hrbtenjače. Posliedice svake od ovih bolesti jesu: razdraživost ili kljenut t. j. grčevi i trzanja ili nećutljivost i ukočenost.

Od mnogih bolesti hrbtenjače najobičnija je sušica hrbtenjače (Rückenmarkschwindsucht, Tabes dorsalis). Kao povod ovoj bolesti drži se, da je osobita naravna naklonost, onda razuzdano življenje u spolnom obćenju, prehlada, prevelike tegobe i napokon bludobolja. Sve ove prilike mogu da izazovu sušicu u hrbtenjači.

Većim dielom bolestnici, koji imaju takovu sušicu, tuže se, da im je po više godina rad mišica poremećen bio. Koža da im je bila mnogo puta bez ikakvog čuvstva.

Kadkad su ih jake, trzajuće boli u doljnjem dielu trupa i u nogama napale; to su obično za reumatično trzanje držali. Drugi se opet tuže, da im se noge brzo umore.

Da je slabost nogu i nemile boli u rečenim dielovima tiela predteča ozbiljne bolesti, opaze tek onda, kad i drugi pojavi nadodju n. pr. trnci, mravje gamzenje, nagluhost itd. Malo po malo i hodanje biva nesigurno i nespretno, iz početka samo kad se smrači; bolestnici ne će s toga na večer da izadju, poslie im biva tako i po danu. Kad stupaju, dižu noge više, nego što treba, pa ih opet velikom silom na zemlju spuste. Kad zatvore oči, nesigurno stoje, počmu se ljuljati, ako ga ne prihvatiš i pasti će. Kad idu mokriti, moraju se žuriti, da do mjesta dodju, da im se mokraća prije reda ne izmakne.

Iza njekog vremena ne mogu više pravo da idu, ni kad ih tko vodi, ni kad imaju palicu u ruci. Ako se tielo uzpravno drži, mogu se još gibati s rukama i nogama. Poslie ne mogu ni s njima pravo vladati. Bez tudje pomoći ne mogu se više ni oblačiti, ni svlačiti, ni haljine razkopčati; nemoguće im je da pišu, pletu ili šiju itd.

Pojavi se i kljenut mokraćnoga mjehura, te bolestnik ne može više ni mokraću držati. Bolest godine i godine traje, bolestnik umre tek kad se kakova druga bolest pridruži.

Liečenjem može se samo to postići, da bolest na njeko vrieme jenja ili ponješto oslabi, nu zdravlje ne može se nikada podpuno vratiti.

Takav bolestnik neka se lieči hladnom vodom, neka upotrebi indiferentne kupelji: Krapinske toplice, Wildbad-Gastein, Römerbad, Tüffer itd., neka potraži i munjevnu struju. Kao nutarnji liek preporuča se raztopina od paklenog kamena (Höllenstein).

HREN.

U korjenu hrena ima oštro ulje; ako s njime namažeš kožu, nadražuje ju. Kad se hren riba, izvija se oštar miris, koji podražuje sluznicu u očima i u nosu, te čini da čovjeku suze na oči i iz nosa idu i da mora kihati.

Hren podražuje takodjer sluznicu u ustima i želudcu; u istima budi toplinu, a u želudcu potiče probavu.

Ako ga umjereno jedeš, biva od njega probava bolja, a u ustima od njeg više sline imaš.

Narod upotrebljuje hrenov list za obloge, kad koga glava boli.

Riban na trenici i pomiešan octom kao kaša služi za obloge, kad tko želi, da mu se koža nadraži.

HUNJAVICA.

Hunjavica (kijavica, Schnupfen) je katar opne sluznice u nosu. Taj katar dolazi ponajviše od tuda, što je nos nepogodama vremena vrlo izvržen, zato se opna sluznica u nosu često podražuje. Hunjavica ne prodje svaki put jednako; kadkada se drži samo opne sluznice u nosu, a više puta boluju i drugi ustroji radi nje.

Hunjavica javlja se ovako: Krvi više u nos pritiče, opna sluznica biva tamno-crvena, otečena, bolestnika neprestano nos svrbi, sluzi mnogo iz nosa teče, a ova se razlikuje od obične sluzi time, što je vrlo riedka.

Čovjek mora često puta nos brisati, pri tome se čestim brisanjem i mokrinom izpod nosa i oko gornje ustne koža ojede, peče i dosta ljuto boli.

Opna sluznica u nosu sve većma oteče, sluznica je više vodena, ona biva gušća, te se drži u nosu onog mjesta, gdje joj je začetak, te u savezu sa otečenom opnom sluznicom začepi nos. Bolestnik težko diše i težko govori. Malo po malo promieni se sluz i po gustoći i po boji; ona biva težka, te useknjivanjem izlazi iz nosa kao zelenkaste gvalice.

Odsad sluznica sve je manje otečena, iz nosa ne curi više toliko, a poslie 8—10—14 dana nos je sasvim ozdravio.

Ako će od hunjavice sve tielo stradati onda je bolestniku ovako:

Osim ovih pojava, koji su za lahku hunjavicu kazani, čovjeku se mnogo kiše, dobije glavobolju, volja na jelo sasvim se izgubi. Ne može spavati kao obično, san mu je nemiran, hvata ga u krevetu studen. Sve ga boli do najmanje košćice. Ne će mu se ustajati, ni ležati; oči gore, žedja ga muči. Velikom mukom ide na svoj obični posao, hvata ga jaka studen, sve zub o zub klepeće. Noge ne će nikako da ga nose. Glava, sve to više boli. Posao nikako ne napreduje, ne da se

dulje izdržati, treba postelju potražiti. Bolestnik ima dosta jaku groznicu, već misli zlo će proći. Kad al sutradan vidi, odkud groznica: pojavila se ljuta hunjavica ili kijavica. Liečnik kojega je bolestnik dao dozvati, konstatira, da se sva bolest u tom sastoji, što bolestnik ima hunjavicu s groznicom.

Ako se katar opne sluznice protegne iz nosa u grlo i dušnik, nastati će promuklost i kašalj.

Tko ima hunjavicu, najbolje čini, da s mirom čeka, dok sama prodje. Medju tim, komu prilike dopuštaju, neka legne u krevet, neka izpije čašu vruće limonade ili obarak od bazgova ili lipina cvieća, da se dobro uznoji.

Ako se nos jako začepi, valja mirisati špirit od slačice. A da ne bi ustne i koža izpod nosa izpucale od sluzi, što iz nosa curi, namaži ta mjesta svinjskom mašću ili čim drugim (vidi izpucala koža).

Oni, koji naginju na hunjavicu, neka se u ljetu hladnom vodom liečе, pranjem, prelivanjem, tarenjem i kupanjem u moru ili u tekućoj vodi. Dobro će učiniti, ako u nos uštrcaju ili šmrkaju pomalo hladne vode.

Veću pazku zahtieva hunjavica, kad ju dobiju djeca, starci i osobe, kojima boluju ustroji disala. U tom slučaju vrlo je nuždno, da bolestnik iz kreveta ili bar iz tople sobe ne izlazi. Liek proti hunjavici uzimati, sasvim je suvišno; s liekom niti se može hunjavica umanjiti, niti zaustaviti. Sve, što u tom pogledu učiniti možeš, jest, da se čuvaš, da se katar ne protegne na ustroje disanja; a to ćeš postići, ako njeko vrieme potraješ u umjereno toploj sobi.

Hunjavica je i zarazna, zato ne valja, da se ljubiš sa osobama, koje hunjavicu imaju, da si čistiš nos s njihovim nosnim rubcem, ni da se njihovom posteljinom služiš. Bolestnik dobro će učiniti, ako često mienja rubac za nos, jer sluz se uhvati za rubac, pa ako se duže vremena s takovim rubcem služi, sve više ga ona okorjela sluz na rubcu na katar potiče.

Bezbrojni su liekovi, koji se za hunjavicu preporučuju; od svih liekova, baš ako se hoćeš liečiti, najbolje je, da si dadeš u ljekarni pripraviti prah od salycil-kiselog natrona, ugljeno-kisele magnezije i bieloga šećera, od svakoga neka ti smieša jednake dielove. Taj prašak šmrkaj u nos, kao što se burmut šmrka.

Kada se hunjavica epidemički pojavi, dobije ime influenza. Osim obične hunjavice ima i kronična hunjavica (vidi kronična hunjavica).

HYPOHONDRIJA.

Hypohondrija i hysterija to su jedne majke čeda: obično im je roditeljka duševna nerazpoloženost.

Hypohondrija napada mužki spol, a hysterija je privilegij ženskinja.

Hypohondriji obično je uzrok duševna nerazpoloženost, koja često potiče od neuredne probave; nu ona ne stoji u nikakovom razmjerju prema tužaljkama i strahovanju bolestnikovim.

Hypohondar motri, što no rieč: »sa četiri oka« sve funkcije svojega tiela. Svaka malenkost plaši ga; čim malo što nije u redu, već misli, da će se opasno razboljeti, da mu je bolest neizlječiva. Sdvojan je od velikog straha.

Ovu bolest više treba moralno, nego li materijalno liečiti. Bolestnik mora, da se uvjeri i da vjeruje da je zdrav. Rad, tjelesni i duševni najbolji je liek proti hypohondriji.

HYSTERIJA.

Kao što hypohondriju kod mužkaraca, tako hysteriju kod žene prati cieli niz neprilika, koje sve zajedno uzeto ipak za ozbiljnu bolest smatrati ne možeš. U organizmu hysteričnih nikakovih anatomskih promjena u živčevlju se ne nalazi; ne može se dakle kazati, da su pravo bolestni.

Ova spoznaja utješiva je, jer pri tom osvjedočenju izključena je svaka opasnost po život. Ali, akoprem hysteriju ne broje medju ozbiljne bolesti, to ipak ovakovo stanje muči bolestnicu, a ne manje je i liečniku dosadno, koji hysteriju liečiti ima.

Bolestnica kadkad hotice, a kadkad u neznanju toj bolesti u prilog ide. Njezina bolest je stožer, oko kojega se sve njezine misli vrte.

Svoje neprilike zna najcrnijim bojama opisati, po njezinom mnienju nitko tako ne strada, kao ona.

Nervoznost, pokvarena, neuredna probava, migrena i grčevi izmienjuju jedno drugo, a kadkad se i dvie, tri takove neprilike sastaju. Danas ti se čini, da je hysterična žena na smrt bolestna, a sutra je vidiš veselu i zdravu. Ova nagla promjena čudno djeluje na osobe, koje su s njome u neposrednom doticaju; ne će da joj vjeruju, da je bolestna. Bolestnicu, ako nije ljubezna i inteligentna, te joj nije i okolica takova, preziru, smiju joj se, dapače časte je porugama i nemarom za njezina stradanja.

Ovakav postupak sa hysteričnom grozan je, ali isto tako je od zlih posliedica, ako ju bezuvjetno u svem slušaš i svaku joj željicu izpuniš. Ovakova robska poslušnost čini se, da hysteriju podpomaže.

Liečnik kod histerične bolesti nastoji što bolje može, da bolesti na kraj stane, ali što se on više oko ovakove bolestnice trudi, rek bi svakim danom nove se neprilike pojavljaju, tako da mu se čini,

kad bi i sve svoje znanje izcrpio, bolestnicu od toga stanja nebi izbaviti mogao.

Svaki dan čuje nove tužbe, svaki dan ima bolestnica nove muke da opisuje. Prepiše ovaj liek, ona ga uzima s najvećom zahvalnosti, jer se nada, da će je taj liek sigurno muka osloboditi. Kadkad ne čeka ni jutra, dok liečnik u obično vrieme posjeti, već ga još noću ili rano u zoru zove. »Zlo je, — bolest se na taj liek pogoršala«. Drugi put vidiš, hvali liečnika do nebesa; da će taj liek neprestano uzimati, jer baš vidi, da joj on pomaže. Ne prodju dva, tri dana i već baca hvaljeni liek, jer se je od njeg, po njezinom mnienju, na jedanput pojavilo povraćanje, podrigivanje itd. I tako liečnik najposlie sam ne zna, što bi prepisao, što li savjetovao.

Zovu drugoga. Taj savjetuje, da uzima svaki dan mlake kupelji, a da ne uzima nikakovih liekova. Čini tako dan, dva, dobro joj je. Kad trećeg dana, kaže liečniku u brk, da ne zna njezinu bolest liečiti; ona sama na sebi pozna, da bi joj bolje bilo kad bi se toplo kupala.

Dodje li koji liečnik u mjesto, bilo kao gost, bilo po poslu, odmah za njeg bolestnica dozna. Moli, da je posjeti i pregleda. Tuži mu se, kako joj domaći liečnici ne mogu pravu bolest saznati. Boli je u prsima, osjeća da joj tamo nije sve u redu, al evo mora da se muči, jer joj ne će da pluća lieče. Novi liečnik pri najtočnijem pregledanju ne može naći, da su pluća bolestna. Ovaj u toliko je sretan, što s bolestnicom samo posla ima, dok je u mjestu, dočim ondašnji liečnik mora biti svaki čas pripravan, kad će ga zvati, da sluša i lieči nove vaje. I tako bi se toga mnogo i mnogo pisati dalo, kako ovakove ženske sebi svakojake bolesti utvaraju, a takovim umišljenim bolestima sebe uznemiruju, a liečnika i svoju okolicu na muke stavljaju.

Hysterija se lagano razvija; obično joj je povod **duševno neraspoloženje** ili **duševni utisak.** Često puta pogiba žena od želje; da ima od svog srca roda i poroda; ta živa želja izrodi se konačno u hysteriju. Povodom prvoga djeteta jednim mahom nestaje hysterije za uviek.

Drugi, važni povod hysterije je **bezposlenost.** Hysterija bježi od žene, koja se brine za svoju kuću, za svoj porod, za supruga ili možda za kakvo poslovanje, s kojim joj je obitelj prehraniti; takova žena nema kada, da se bavi hysterijom. Ako joj kadkad kakve hysterične mušice dodju, ozbiljna briga, kako će svjestno svojoj dužnosti zadovoljiti, doskora joj ovakove mušice izgoni.

Ovoj okolnosti, naime bezposlenosti, pripisati se mora, što se hysterija najviše pojavljuje medju imućnim svietom; gdje žena u izobilju pliva, uz to je suprug pripravan, da joj svakoj željici zadovolji, te je odviše slab, a da bi se njezinim hirama opirao.

Njeki vrli liečnik, koji se izključivo bavio samo liečenjem ženskih bolesti, rekao je: »Samo muž, koji suknju nosi, ima hysteričnu ženu«. Pa doista viditi možeš, da se je hysterija ugniezdila u kući, gdje su ženi vojke (uzde) u ruci, a muž sliepo sluša.

U mnogim slučajevima hysterija je **baština od nervoznosti stradajućih roditelja.** Dokazano je, da živčani nedostatci roditelja i na djecu prelaze; nije dakle čudo, što i hysterija, koja se u to kolo ubraja, lakše snadje djecu takovih roditelja. Hysterija će vrlo lahko snaći osobu, koja na nju naginje i čini se, da se usljed kakove težke bolesti krv izmieni ili po kakvoći ili po količini. Zatim će je hysterija snaći, ako se **nedovoljno hrani**; ako je obladaju brige, skrb, noćno bdijenje itd.

Ako bi htjeli sve organe na čovječjem tielu označiti, koji od hysterije stradati mogu, to jedva da bi koji od nje netaknut ostao. Hysterija navali često na ćutila; ove neprilike mogu isto tako brzo proći, kao što su iznenada došle. Tako se može dogoditi da se hysteričnoj pomuti vid, poremeti sluh, nestane ukus, vonj i opip. Iznenada promukne, ne može gutati, ukoče se njekoji udovi ili ne može s njima maknuti. Težko joj disati; dobije lupanje srca; spopadnu ju svakakovi grčvei, koji se drže pojedinih mišica ili ih vidiš, da cielo tielo prostrieljaju u obliku trzanja. Amo spadaju grčevi, pri kojima hysteričnu spopadne smjeh, plač ili štucanje, zatim bljuvanje ili podrigivanje. U najviše slučajeva kod ove vrsti grčeva hysterična je pri svojoj pameti, no biva, da se ona tom sgodom i onesviesti, kao što biva kod padavice; tad se kaže, da ima padavičasti napadaj.

Hysteriju obično prati **pokvarena probava i migrena.** Ova bolest, koja se u najraznovrstnijoj slici prikazuje, vrlo dugo traje, ali nikada ne biva po život opasna. Stanje hysterične bolestnice vrlo često i vrlo se naglo promieni. Bolestnicu vidiš, da joj je sada jako težko, poslie njekog vremena sasvim se je oporavila, te ne bi u njoj prepoznao istu osobu. Lice izgleda bujno i rumeno, a tjelesna snaga mogla bi se takmiti sa onim, koji ni za kakovo bolovanje ne zna. Za čas vidiš, da je tužna, umorna i sumorna bez ikakvog tračka nade, što no kažu: »kan da su joj sve šajke potonule«. Da se ovakovo stanje bolesti najteže od svakog, što ga liečnička praksa pozna, liečiti dade, ne treba ni spominjati. Liečenje hysterije osobito je za to težko, što se uz fizično liečnje mora osobitom pomnjom i moralno liečiti. Tu sam liečnik ne može sve učiniti; oni, koji postojano sa bolestnicom obće, moraju mu u tom na ruku ići.

Ne treba sliepo vjerovati sve ono, na što se bolestnica tuži; isto tako ne bi valjalo, kad joj ni u čem ne bi pravo dali. Ona mora da je osvjedočena, da joj liečnik samo dobro želi; isto tako mora, da se zna sama tješiti, da joj bolest baš nije tako silna, kao što ona sebi

utvara, jer mnogo za njezine jadikovke ne mare. A ne da misli, da su prema njoj hladnokrvni, jer ih se malo ili nimalo njezina stradanja ne tiču. Ne bi dobro učinio, tko bi ovakovu bolestnicu prisilio, da se zabavlja, da ide u kazalište, u koncert i druge zabave. Treba ju zabavljati i na zabavu voditi, ali tako, da ona i ne osjeća, da ti je cilj, da je odvratiš od neprestanog razmišljanja njezine bolesti.

Ne treba hysteričnu na nikakav posao siliti. Ako vidiš, da je što raditi namislila, idi joj na ruku, da joj posao olahkotiš. Čuvaj se, da se kako ne izlaneš i ne kažeš: »Eto vidiš, ti možeš to napraviti, samo kad ti se hoće«. Tako šta smio bi joj samo onaj kazati, koga cieni, da je u svakom pogledu valjaniji od nje, a to je obično u njezinim očima samo liečnik. On joj može mnogo koješta prigovoriti, ako njezino podpuno povjerenje uživa.

Prvo pravilo svih onih, koji sa hysteričnom obće, mora biti: **da slušaju liečnika**; ni činom, ni govorom da mu nisu protivni. Liečniku, a ne volji hysterične osobe ili njezinom bližnjem rodu pripada, da odredi, hoće li bolestnica od svojeg stradanja liečiti se poduljim putovanjem ili će upotriebiti kupelji hladnom vodom ili lječilište za nervozne bolesti ili će piti mineralnu vodu ili se kupati u njoj itd.

Još valja spomenuti, da mnogi slučaj hysterije potiče od neurednosti ili **bolovanja na materici**. Zato bi trebalo da svaku hysteričnu žensku pregleda liečenju ženskih bolesti vješt liečnik. Mnogo puta hysterije doskora nestaje, čim se nedostatak ili bolest potičuća od materice izlieči.

INFLUENCA.

Influenca (vrled, vrlesija, rora, balaban, hropotina, kunjalica, lapavica, pošlica) je bolest, koja se u obće i najobičnije širi po ustrojima, koji za disanje služe. Ona ne napada samo na pojedine ljude i mjesta, već se kadkad razilazi na daleko i široko, kao što je to bilo god. 1890. i 1891. kad je malo koga bilo, koji bi se pohvaliti mogao, da nije od nje stradao. Ona se pojavljuje u svako doba godine. Obično počima lahkim katarom i hunjavicom, kojoj se pridruži i katar dušnika.

Silna **glavobolja**, osobito **nerazpoloženje**, jako **izbacivanje sluzi**, i **velike boli** u rukama i nogama to su znakovi, po kojima možeš influencu poznati. Tko je dobije, pa njekoliko dana iz umjereno ugrijane sobe ne izlazi, prodje ga influenca s lahkim, niti ima nuždu od kakovih liekova, niti ima iza nje kakovih posliedica. Amo ne treba računati starce, djecu i koji boluju na srdcu ili plućima.

Influenca poznata je svietu još od god. 1387. Silno je vrlovala god. 1857. i 1858., a najsilnije 1890. i 1891. Influencu broje medju zarazne bolesti t. j. medju one bolesti, kojima su uzrok bakterije, što se u velike u tielu razplode. Kao što se bakterije kod drugih pošastnih bolesti zrakom udišu, tako one i kod influence kroz pluća u naš organ dospiju, te dospjevši tamo, tvore svoje osobite vrsti razbolju.

Gotovo svaki se put kod influence pojavljuje i **groznica**, kad jača kad slabija. Influenca vrlo je riedko bez groznice. Ne samo da je prati groznica, već od nje znadu i pojedini ustroji bolovati. Ona ne snadje sve ljude jednako. Njekoga nješto boli, što je u drugoga sasvim zdravo. Najvoli napadati **sluznicu**, kojom su prekriti ustroji **za disanje** (nos, grkljan, dušnik i dušnice). U drugom redu napada na **živčani sustav**. Njekomu se nikako spavati ne da; drugi ima silnu glavobolju; mnogi opet po svim živcima osjeća boli; mišice ledja, noge i ruke ga bole, da jedva s njima maknuti može. U trećem redu otrov influence djeluje na **ustroj probave** (želudac i crieva), nestane ohota za jelo (apetit), dugo vremena, poslie kad je već influenca prošla, apetit se ne povraća.

Sva ova obilježja influence mogu se izmieniti i promieniti, tako da slika bolesti kod influence biva još više šarolika, nego li je ova opisana. Zato je ona u vrieme kad zavlada mnogim bolestima kriva, kojih ima i drugi put bez nje na pr. pokvarena probava, migrena, hunjavica itd.

Influenci se ne zna opredieljeni rok, dokle obično traje. Kod njekoga bude na gosti samo 24 sata, kod njekoga potraje i preko jedne nedjelje; kod njekoga udomi se na 2—3 nedjelje, a negdje se bolestnik iza nje vrlo sporo oporavlja. Influenca je u obće dosadna bolest, koja čovjeka kadkad upravo na muke stavlja. Ali pri svem tom ipak nije opasna, te u najviše slučajeva čovjek od nje podpuno ozdravi. Samo ako influenca pluća napada, može biti opasna. Ako baš i prsa od nje stradaju, to je ipak preboljeti može, tko je inače na prsima jak i zdrav.

Samo djeca, starci, slabiši i u obće, koji se ni drugoj kakovoj bolesti ne bi oprieti mogli, propadnu, kad se uz influencu pojavi i koja plućna bolest. Tko boluje na plućima ili na srcu, tomu najviše prieti opasnost, da će od influence nastradati.

Influencu širi ponajviše zrak i to za sigurno sa bakterijama, koje sa zrakom udišemo. Da li je ta bolest i kontagiozna t. j. da li jedan drugoga zaraziti može ili prelazi, što sviet medjusobno obći, — još nije dovoljno poznato. Ne može se kazati, da nije moguće. Zna se, da se influenca najviše zrakom razprostranjuje. Ne ima sredstva ni lieka, kojim bi influenci na susret ići mogli, t. j. kojim bi se od nje očuvati mogli. Ona je kao sve druge zarazne bolesti pandemična t. j.

projuri njekoje zemlje, pače i dielove svieta te se prestane širiti, gdjegod i kadgod joj je volja. Čuvaj se koliko možeš, da ne dodješ u doticaj sa osobama, koje imaju influencu. Osobito neka budu oprezne osobe, koje su slabe, stare i boležljive. Za vrieme epidemične influence pazi i na obični katar. Eto to su najglavnija sredstva kojima se sviet služi, kad influenca vlada.

Do sada liečnička znanost još nije mogla iznaći siguran liek, kojim bi se u organizmu bakterije uništile, od kojih se influenca pojavlja. I liečenje influence sastoji se najviše u tom, da se unište najžešći i najdosadniji symptomi, osobito razbolje odnoseće se na disala i na živčani sustav. Da se olahkote muke onima, koji od influence stradaju, posliednjih godina upotrebljavani su dobrim uspjehom, Antipyrin, Phenacetin, Antifebrin, a osobito Salipyrin itd. Onima, kod kojih je influenca već na bolje krenula, osobito se preporuča, da na se dobro paze; toga pravila neka se drže i djeca i odrasli. Njekoje osobe vrlo težko i polahko se oporavljaju poslie influence; podpuna tjelesna snaga, energična tjelesna i duševna sposobnost za rad vrlo sporo se vraćaju; apetit nikako ne će pravo da dodje, katar organa za disanje ne može da prodje.

Ljeti može takav bolestnik slobodno u prirodu izaći, dapače dobro će učiniti, ako svoje stanovište promieni te otidje, gdje je drugi, možda bolji zrak. Zimi takovi bolestnici neka dugo vremena iz sobe ne izlaze i neka paze, da je toplina u sobi uviek umjerena i jednaka.

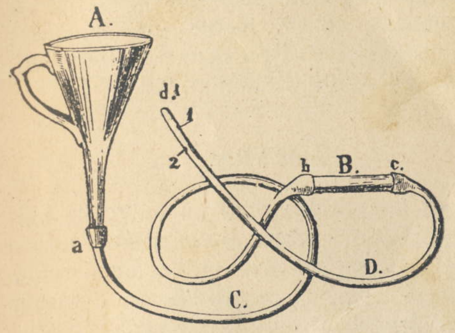
Iinfluencu sliedi velika povorka štokakvih bolesti; akoprem mnogo puta te bolesti nisu u nikakovom odnošaju sa influencom. Mnogi poslie influence postaje jako nemoćan i slab; ovakova nemoć i više mjeseci potrajati može. Biva, da osobama koje su od influence stradale, po više godina svaka i najmanja promjena vremena škodi.

IZPIRANJE ŽELUDCA.

Želudac se izpira, da se izprazni, a da ga na bljuvanje ne potičeš. On se izpira, da se splaka, da se od kiseline, koja se u njem nalazi, oprosti. To biva ovako: U želudac se spusti svrsi shodna tekućina; kad smo postigli cilj, radi kojega smo ju u želudac ulili, opet se iz njega ukloni. Želudac se najobičnije izpira, kad je komu razširen (vidi bolesti želudca); izpira se, kad se tkogod otrovao, pak treba da se otrov iz želudca što brže ukloni.

Sprava, koja se rabi za izpiranje želudca, sastoji se od četiri česti. A stakleni lievak, C i D dvie cievi od kaučuka, od koje se jedna u lievak utakne. D staklena ciev, koja je utaknuta medju obe elastične cievi, te tako jednu s drugom spaja. Ova sprava upotrebljuje se ovako: Elastična ciev D sa svojim tupim krajem potisne se bolest-

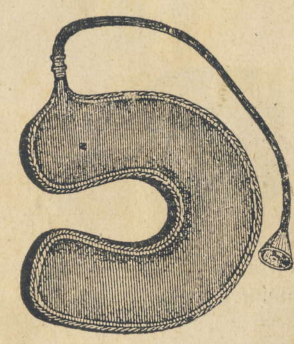
niku preko jezika kroz grkljan i jednjak dotle, dok ne dospije u želudac. Od ovog utiskivanja cievi ne osjeća bolestnik nikakovih boli, jedva da ga malo nješto na bljuvanje popotiče, nu i to nije tako silno, da ga nebi pretrpiti mogao. Kad je ciev u želudac dospjela, ulije se u lievak tekućina, kojom će se želudac izpirati (jedna žlica natrijeva hydrokarbonata, [natrium bicarbonicum,] na litru mlake vode). Lievak se tad izdigne, dok sva tekućina u želudac dospije. Bolestnik osjeća, da mu se želudac puni. Na to se lievak spusti i nagne nad umivalo ili drugu kakvu posudu nalazeću se na podu sobe. Po fizikalnom zakonu mora sad tekućina, koja je u želudac ulivena, curiti u umivalo; jer tekućina, koja je u želudcu, te koja je u savezu sa cievi, više leži od posude na podu i lievka, koji je nad posudom nagnut. Tim je posao obavljen. Staklena ciev, utaknuta u kaučukove cievi, pokazuje kakova je i kakove je boje tekućina, koja iz želudca dolazi.



Sl. 31. — Sprava za izpiranje želudca.

JASTUK NAPUNJEN VODOM.

Da se bolestnik ne proleži ili ako se je u dugoj bolesti proležao, upotrebljuje se jastuk s vodom, da mu se bol ublaži i ozdravljenje pospješi. Tvari, od koje se takovi jastuci prave, njihov oblik i uporaba, gotovo u svem se slaže sa zračnim jastukom (vidi ovaj). Razlika je samo ta, što se zračni jastuk puni zrakom, a ovaj se puni vodom.



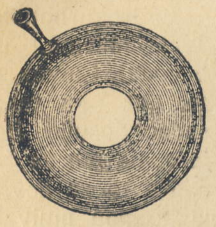
Sl. 32. — Jastuk napunjen vodom.

Jastuci, napunjeni vodom, imaju tu prednost, što toplinu vode možeš tako udesiti, kako je bolestniku ugodno, te što time njekim načinom i za liečenje služi, naime utiša bol i prieči zastajanje krvi.

JASTUK NAPUNJEN ZRAKOM.

Ovakav jastuk pravi se od kaučuka, a ima zavojem zatvoren otvor, kroz koji se u jastuk zrak puše ili po potrebi izpušta. Ovi

su jastuci četverouglasta ili okrugla oblika (vidi sliku 32. i 33.), imaju u sredini oveliko prazno mjesto. Upotrebljuju se, kad se tko u težkoj bolesti proleži. Ona čest tiela, koja je ozledjena ili ranjava, metne se na onaj prazni prostor jastuka i tako je pod bolnim mjestom šuplje, te ga ništa ne vriedja i ne tišti. Tko nije u stanju, da sebi nabavi takav jastuk od kaučuka, može ga napraviti i od druge kakove tkanine, te ga napuniti slamom itd.



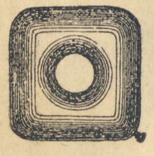
Sl. 32. — Jastuk napunjen zrakom.

JETRA.

Jetra (crna-džigerica) su najveći i najteži dio droba u trbušnoj utlini. Ona leže u desnoj polovini trbušne utline, neposredno pod ošitom, te se prostiru s lieve strane sve do slezene. Dopiru do želudca, do dvanajstnika, do čmara i do desnog bubrega.

Više na lievo ležeći dio jetara zove se lievi, a na desno ležeći dio, zove se desni jetrani režanj. Jetra su žliezda, koja se sastoje od nebrojenih jetranih kupaka ona su velik, mehak ustroj smedjo-crvene boje, te izlučuju zelenkasto-žut, gorak sok (žuč), koji se sabire u žučnom mjehuru, a taj je pripet za doljnju površinu jetara, te ima oblik kruške.

JEZIK.

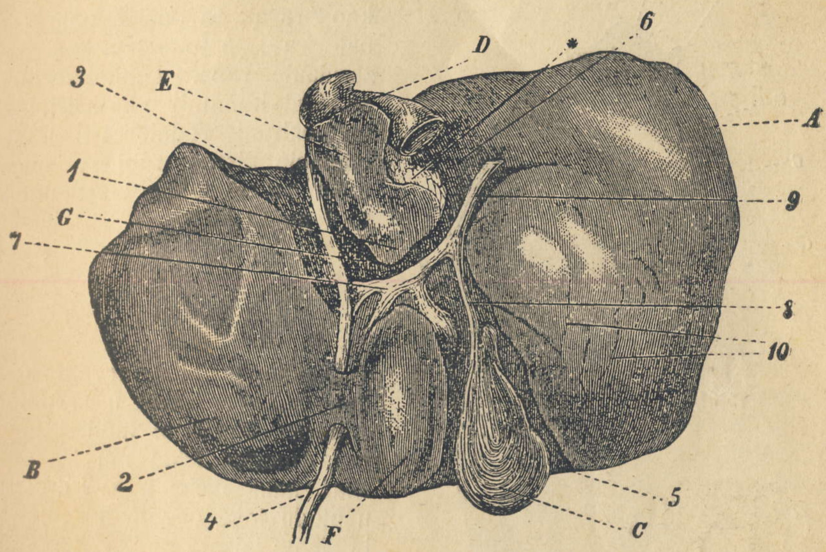


Sl. 33. — Jastuk napunjen zrakom.

Na dnu šupljine u ustima usadjen je mesnat klip, presvučen opnom sluznicom; ovaj dugoljasti mesnati dio u ustnoj šupljini lahko se svojim vrškom amo tamo miče. Kad su usta zatvorena, izpunjuje svu ustnu šupljinu. Ovaj mesnati klip je jezik. Sa svojim stražnjim, širokim krajem pripojen je uz jezičnu košćicu. Sa strane ima nabore od opne sluznice; ovi su u savezu sa mekanim nebcem, a zovu se jezični nebčani oluci. Prema stražnjoj strani prelazi opna sluznica na gršku. Od stražnje površine onoga diela jezika, koji se gibati može, ide uzki nabor opne sluznice prema dnu ustne šupljine, a to je jezična veznica. Kadkad je s rubom napred okrenuta veznica šira, ali kraća, nego što je obično; time smeta, da se jezik pravo gibati može, a onda se kaže: »jezik je prirastao«. Kad se jezična veznica nožicama prereže, što samo liečnik činiti smije, tad se jezik slobodno gibati može i djetetu ništa ne smeta, kad sisa. Jezik ima trojako opredieljenje: on je orudje za okus, za govor, jer niekoji glasnici samo

se mogu izgovoriti, kad je jezik u ovom ili onom položaju ili kad se ovako ili onako giba, i napokon je jezik onaj organ, koji glavni posao obavlja, kad se žvače i žvakano iz ustne šupljene u ždrielo potiskuje.

Kad se sluznica u ustima razboli, tad se i na jeziku razboli, samo je ta razlika, što je jezična sluznica više obložena. I kad čovjek boluje od želudca, jezik je obložen; nu to ne mora svaki put biti. Vriednost ovog obilježja, naime »obložen jezik«, vidi se odtuda, što liečnik odmah zahtieva, da mu bolestnik jezik pokaže.



Sl. 34. — Jetra od ozdo. — A desni jetrani režanj, — B lievi, — C žučni mjehur, — D šuplja žila krvica, — E stražnji jetrani režanj, — 7. jetrani iztočnik, — 8. iztočnik žučnoga mjehura, — 9. žučovod.

Kao osobito bolovanje jezika smatra se upala jezika. Ovo će se dogoditi, kad si tko jezik ozledi, pčela ubode, oprži itd. Jezik onda jako oteče, uslied toga mu je tiesno u ustnoj šupljini, te proviruje medju zubima; na stražnjoj strani natiskuje gršu te je čovjek u opasnosti, da se ne uduši. Kad se u takovom slučaju jezik malo po dužini prereže, odmah splasne i time se prieteća smrtna pogibelj jednim mahom ukloni. Dosta čestom bolovanju na jeziku broji se »rak rana«. Od ove se opasnosti čovjek obraniti može, ako se pravodobno operaciji podvrgne. Istina, ovo se nesretno stradanje može i opet za koje vrieme povratiti, te čovjek konačno od nje i umre. Gibanje jezika obavlja jezični ždrielni živac (n. gloso-pharyngeus), a po svoj prilici i živac trojnik.

JODOFORM.

Jodoform upotrebljuje se mnogo kao vanjski liek. Koliko je jodoform dobar i ljekovit, toliko mu je miris dosadan. Da se neugodni vonj izgubi, primiešaju ulje od metvice, ali i od tog slaba hasna; svejedno, njeki neugodni miris i od ovog ulja osjećaš.

Za rane od jodoforma bolje-ga lieka nema. Upotrebljuje se kao prašak za posipavanje rana. Pravi se jodoform-gaze za zavijanje rana, a upotrebljuje se, kad komu iz uha curi, za tamponiranje rodnice i t. d. Za mazanje kistom rabi se jodoform sa collodium elasticum i to 1 na 15 ili 30.



Sl. 35. — Jezik sprieda, — a) nadjabučica, — b) glasiljka, — c) korjen jezika i jezične žliezde, — d) ogradne bradavičice, — e) končaste bradavičice, — f) glavičaste bradavičice, — g) čepčano vratna sveza.

KAKAO.

Kakao je plod drveta kakaovca, koje raste u srednjoj Americi, zapadnoj Indiji i južnoj Americi. Plod mu je mesnat, nalik našemu krastavcu; u plodu toga drveta poredjano je sjeme jajasta oblika jedno do drugo, — kakaovo zrno. U tom plodu ima 1½% teobromina (hlapivog ulja), tvari sa bjelančevinom i ljepkom, te masti, tako zvano kakaovo maslo.

Ova zrna ljudi izljušte, očiste od mešnatog diela ploda, prže i oslobode od sjemenjače t. j. košuljice, kojom je zrno obavito, tad ih razdrobe i napokon samelju.

Iz zrnja znadu izvaditi umjetnim načinom kakaovo maslo, te tad dolazi pod imenom »kakao bez masla« u trgovinu. Čistu sjemenku, zrno, samelju melju vrelim valjcima; tu masu smiešaju sa šećerom, mirodijama i škrobom, naprave od njega tiesto, meću ga u kalupe, a mi ga kupujemo pod imenom čokolada. Ako se ciela sjemenka t. j.

sa sjemenjačom, košuljicom, kojom je sjeme obavito, sprži, samelje i šećerom pomieša, dobiva se kakaova masa.

Oba ova proizvoda, čokolada i kakaova masa — obično naprosto, kakao nazvan, — kad se na vodi ili na mlieku skuhaju, daju vrlo tečan i hraniv napitak. Proizvodi dobiveni od kakaova ploda ne samo da su nam prijatan i ukusan napitak, nego su i hranivi, jer u njih ima dosta škrobovine, bjelančevine i masti. U mnogom pogledu valja kakao i čokoladu predpostaviti i kavi i čaju, a naročito s toga, što jaka kava i čaj, ako ih dugo i neumjereno pijemo, razdražuje živčani sustav, od kojega dolazi glavobolja, lupanje srca, nesanica i t. d.

Čokolada i kakao, kojemu su umjetnim načinom maslo oduzeli, kad ih dulje vremena upotrebljuješ, škode probavi, zato ju liečnici preporučuju samo, kad tko ima proljev.

Čokolada, koja ima mnogo mirodivih primjesa, ne škodi toliko probavi, ali vrlo razdražuje, zato ju ne smiju piti osobe, koje su nervozne. Čokoladu prepisuju liečnici radi njezine hranivosti vrlo slabim i od sušice iznemoglim osobama, tad se obično pomieša sa kuhanim salepom, karaghenom, islandskom mahovinom itd. Kad se zrno iz ploda povadi, te se ovaj na vodi skuha, dobiva se od njeg tečno piće, koje nikako ne razdražuje, ali zato i nema gotovo nikakove hranivosti; preporuča se osobama, koje imaju slabu probavu i koje su vrlo razdražljive. Od samljevenog kakaovog zrna, u kojem nema masla, prave prašak pod imenom Racahout des Arabes. U ovom prašku, osim kakaovog zrnja, ima i riže, ječma, njekoje škrobovine i mirodije.

Od kakaovog masla prave meleme za oči i ustne; od njeg prave i kakaove čepiće, koje se meću u prohodnjak, jer je ovo maslo kruto i jer se tako lahko ne raztvara.

Vegetarianci služe se kakaovim maslom, kad prave tjestenine na mjesto maslom od životinja.

KAMENAC U MJEHURU.

Kod gdjekojega čovjeka već je urodjeno, da s vremenom ima kamenac u mokraćnom mjehuru, a kod njekoga pojavi se s nepoznatih razloga, a to biva ovako: slegne se talog u mokraćnom mjehuru, iz početka sastoji se ovaj od veoma sićušnih čestica, a to je tako zvani mokraćni piesak. Kasnije biva iz toga griz, no ako su prilike sgodne, do jedne sićušne čestice prione doskora i druga, te malo po malo ta tjelašca porastu i do kamečka, te mogu biti veliki kao trešnja, kadkada kao jajce i još veće. Takovih kamenaca može u isto vrieme njih više u mjehuru biti. Radi ovakovoga kamenca u mokraćnom mjehuru, čovjek se muči ovako: Boli ga u okolici, gdje se mokraćni mjehur nalazi; kad leži na ledjima, manje boli, nego kad se vozi,

hoda ili jaši. Svrbi ga na ušću mokraćne cievčice, često goni na mokrenje; mokraća teče iz početka normalno, iznenada ustavi se i teče kap po kap, uz to osjeća nesretnik užasne boli, a ove protežu se i po bedrima. Kamenac djeluje u mokraćnom mjehuru kao strano tielo, te je uzrok kataru u mokraćnom mjehuru.

Da je kamenac u mokraćnom mjehuru, najsigurnije se sa pretragom doznati može. Pretraži se sa pipaljkom za kamenac, to je naime kateteru nalik šupalj inštrumenat, koji se u mokraćni mjehur uvadja. Kad ovaj inštrumenat u mjehuru udari na kamenac, čuje se osobiti zvuk, to je nedvojbeni znak, da mokraćni mjehur nije ni čist, ni prazan.

Liečenje od kamenca biva dvojako, ili se kamenac izreže ili se razdrobi. Liečniku prinadleži, gdje će razrezati i sa klieštima, unići će kroz ranu u mokraćni mjehur, te će kamenac sa klieštima uhvatiti i kroz otvor izvući. Onda se rana sašije i nesretnik se oslobodio svojih muka.

Ako ima, da se kamenac razdrobi, unidje operater inštrumentom, s kojim se kamenac drobi, kroz naravski put, naime kroz mokraćnu ciev u mokraćni mjehur. Kad je inštrumenat u mjehuru, okretom iz vana na stanovitom mjestu se u mokraćnom mjehuru otvara te kao sa klještima sgrabi kamenac; sad se opet inštrumenat protivno okreće, ovaj se zatvori i tako razdrobi kamenac na sićušne čestice, koje poslie lahko sa mokraćom izadju. Kamenac može se razdrobiti samo onda, ako nije odviše velik ili jako tvrd. Ako je jako velik ne može ga inštrumenat uhvatiti, jer se ne mogu za taj posao veliki inštrumenti praviti. Ako je odviše tvrd, ne može ni liečnik, ni inštrumenat pomoći, jer nemaju sile, da ga razdrobe.

KAMFOR.

Kamfor (Kampher) spada medju liekove, kojima je glavna sastojina hlapivo ulje; on se broji medju najsilnije pobudjujuće liekove. Ovoga svojstva radi upotrebljuje se i danas u medicini. U prijašnje vrieme mnogo su ga rabili za groznicu u pošalini, proti padavici, u koleri i kod raztvaranja krvi. Kažu, da i žestoki i silni spolni nagon utišati zna, zato ga i njeki liečnici preporučuju. Kao nutarnji liek daje se 5—15 ctg. kamforovog praška. Kad treba, da se na put stane naglom propadanju sila, najbolje je, da se raztopi u maslinovom ulju i pod kožu uštrcava.

U slučaju jake slabosti, u kojoj težkoj bolesti n. pr. u koleri, kad do liečnika ne možeš brzo doći, daj kamfora skuhana u prstenku, u vinu ili u rumu njekoliko puta na dan i to 10—30 kapljica.

Tekućina, u kojoj se kamfor skuha, neka je topla, kad ju bolestnik pije. Njeki pomiešaju kamfor sa brašnom od krumpira, te tim pra-

škom posipavaju noge, kad mu se jako znoje i smrde. Kamfor spirit (Kampher-spiritus) upotrebljuje se za mazanje, kad tko ima ozebine, za vjetrove i za izpiranje usta, kad bole.

KAPLJA.

Kad komu izadje krv iz žila u mozag te uslied toga odmah nastupi nesvjest i hrkanje, polovina je tiela kljenuta, te visi kao mrtva, tad se kaže »da ga je kaplja udarila« (kap mu pala).

Bolestnika takvoga namjesti u postelji, da više sjedi, nego leži, ako mu je lice crveno, metni mu iza ušiju pijavice. Liečnik kazati će, je li nuždno, da mu se i krv pusti. Nadalje metni mu na glavu hladne obloge, kljštiraj ga sa pola vode, pola octa. Ako je lice bliedo, a nos se zašiljio, prskaj ga hladnom vodom, pod nos metni mu octa, maži mu sliepočnice takodjer octom, na listove metni gorušičnu kašu ili gorušični papir. Kad se bolestnik oporavi, te mu je samo koje udo obuzeto (kljenuto), neka se kupa svaki dan po dva puta u mlakoj vodi, uz to neka hoda lagano i neka giba kljenuto udo.

Koga je jednom kaplja udarila, neka se čuva žestokog pića i mnogoga jela; takav čovjek mora vrlo uredno živiti i paziti, da mu je stolica uredna.

KARBOLOVINA.

Ova kiselina (karbolna kiselina, Carbolsäure) došla je u novije vrieme za izvanredno dobri glas. Ona tvori igli slične ledce, koji nemaju boje, te se u vodi težko, a u vinovici i etiru vrlo lahko raztopi. (U vodi topi se istom u razmjeru 3—4 naprama 100). Kada se je karbolovina u kirurgiji uvadjati počela, mnogo je bilo govora o njoj. Sa ovim iznašašćem ujedno su vještaci odkrili sasvim nove pojave, koje i danas drže, da su začetak raznih bolesti.

Kad su počeli uvadjati najprije maglu od karbolovine (Spray), osvjedočili su se doskora, da se gotovo nikakove groznice ne pojavljuju, kad se uz takovu maglu prave operacije i da onaj, koji rane ima, vrlo brzo ozdravi, kad mu se uz takovu maglu prave operacije i rane zavijaju, dočim su u prijašnje vrieme ljudi u takovim slučajevima od smrtonosne groznice često puta stradali. Daljnjim razmatranjem osvjedočili su se, da karbolovina nema toliko svojstvo da ozdravljava, ali da u njoj ima sila, koja razvitku gljivica i bakterija na put stane t. j. da ih uništi, da se raztvaranje i razpadanje organizma dalje ne širi. Čim su se osvjedočili, da su gljivice i bakterije (vidi sliku 36.), uzrok zašto mnoge rane na zlo okrenu, stali su raz-

mišljati i proučavati, ne bi li i raznim nutarnjim bolestima uzrok biti mogle gljivice i bakterije, te da li nije moguće, da se bolesti upravo radi tih gljivica i bakterija sve dalje i dalje šire.

Tako se danas zna, da su zadavici, kašlju hripavcu, sušici, reumatizmu, dječijoj koleri itd. bakterije uzrok, što od ovih bolesti čovječji organizam strada i propada. Velika zasluga ide muža, koji je uporabom karbolovine znanje i umjeće kirurgije do tog stepena podigao, na kojemu ga danas vidjamo, a to je čuveni Lister.

Karbolovina upotrebljuje se kadkad i kao nutarnji liek, nu nema tako sjajan uspjeh, kao u kirurgiji. Paru karbolovine udiše bolestnik, koji ima kašalj hripavac. Karbolovina je i zamjena katranu, kojim se obično kožne bolesti lieče. Nadalje se ona rabi, kad rane sporo zarastu ili kad se tvore gnojnice ili kad se dojne bradavke oranjave. Karbolovinom miju ruke liečnici i druge osobe, kad rane zavijaju ili posla imaju s osobama, koje boluju od zarazne bolesti, n. pr. od boginja, kad se krv raztvara, od bludobolje itd.

A



Sl. 36. — Bakterije.

Ona se upotrebljuje, kad se liečničko orudje čisti, lješina para i balzamira, te je i najglavnije sredstvo za razkužbu (vidi razkužbu i razkužila).

KARLSBADSKI ŠUMAVI PRAŠAK.

Ovaj pravi se u Lippmanovoj ljekarni u Karlovim varima (Karlsbad), i to od Karlsbadskih mineralnih voda. Ovaj prašak ima sve ljekovite sastojine onih mineralnih voda, pa s toga i je brzo osvojio znamenito mjesto u riznici liekova. U obliku lieka pruža nam karlsbadski šumavi prašak sve blagodati ljekovitosti karlsbadskih izvora.

Osobito dobar uspjeh ima, tko ga uzima, kad ima katar želudca i crieva, kod bolesti jetara, kad se nakupe kiseline u krvi i mokraći itd. Vrlo je dobar domaći liek za one, kojima probava nije u redu, te koji radi toga razne neprilike imaju, a to je u prvom redu zapečena stolica.

Šumavi prašak bolji je, nego ikakve pilule, vodice ili tejovi, koji se za zapečenu stolicu uzimaju, te koji su obično probavi škodljivi. Kad pomalo šumavog praška uzimaš (pol praška jedan ili više puta na dan), pobudjuje probavu i uništi kiselinu, ako se previše u želudcu tvori. Šumavi prašak rabi se u obće, kad je probava neuredna, kad tko nema apetita, kad je komu probava slaba, kad ima žgaravicu, boli u želudcu itd. Karlsbadov prašak uzimaj, kad imaš navalu krvi, glavobolju, vrtoglavicu ili nesvjesticu itd. Ako uzmeš toga praška

poviše n. pr. cieli prašak jedan put ili više puta na dan, tad će ti od njeg stolica biti redovita. Ovo je vrlo blag liek, koji se tako lahko uzima, da mu nigdje premca nema; jer uz to, što je lahko uzeti, stolicu otvara bez ikakve boli, pa ma ti bio i više dana zapečen.

Tko Karlsbadski prašak dulje vremena upotrebljuje, malo po malo zapečena se stolica popravi, te dotični može redovito zarad sebe izaći. Osim toga ima izvanredno dobar uspjeh, kad ga uzmeš u slučaju, da ti se obticanje krvi zaustavlja u organima trbuha, kod šuljeva, pretilosti itd.

KAŠALJ HRIPAVAC.

Kašalj hripavac (rikavac, kukurikavac, veliki kašalj, Keuchhusten) dolazi od katara dušnika; veoma je prilijepčiv. Tko od njega strada, napadne ga grčevito kašljanje i izbacuje ljepčivu sluz. Taj kašalj zna kadkad tako žestok biti, da od njeg krv na nos ide i bolestnik bljuje; nu pri svem tom kukurikavac je samo onda opasan, kad mu se pridruži upala pluća, groznica i naglo disanje. Ovaj kašalj mogao bi se punim pravom nazvati »grčeviti kašalj«, jer su uz njega uviek grčevi.

Od njega stradaju najviše djeca; biva, da ga i odrasli dobiju, ali u njih nije tako žestok, kao u djece. O tom kašlju liečnici su različitog mnienja, nu u tom se svi slažu, da je zarazne naravi. U obće se drži, da ona sluz, što ih bolestnik izbacuje i onaj zrak, koji izdiše, zdravoga zaraziti može.

Kad će tko oboljeti od kašlja kukurikavca, najprije se pojavi obični katar sa hunjavicom; oči se naliju suzama i pocrvene, u vratu ga grebe, grlo se izsuši, javi se i neznatan kašalj, glas promukne, osobito noću. Djeca su zlovoljna, neće im se igrati, a imaju i slabu groznicu. Ovako mogu i dvie tri nedjelje proći. Najednom počme diete jako kašljati, ono se zasopi, disanje mu staje. Sad brzo jedno za drugim izdiše, dok opet jednom duboko i dugo zrak udiše; eto i muke za bljuvanje. Čim se izbljuje, odmah mu odahne. Bljuvotine su ili mnogo ljepive sluzi ili ono, što je najposlie pojelo. Prije, nego će se djeca zakašljati, rek bi da imaju njeko predosjećanje, ostave igru, nemirna su, plaše se, hvataju se za onoga, tko im je omilio ili se čvrsto drže koje stvari.

Za 24 sata može diete da se 15—60 puta zakašlje. Obično noću više kašlje, nego po danu. Što redje kašlje, to je kašalj silniji. Kad na diete jako žestok kašalj dodje, mogu ga svakojake muke snaći. Može krv šiknuti na nos, pluća i uši, može da mu se razkine opna bubnjača, može da puknu sićušne žilice opne veznice u oku te se može krv u njemu podliti, može da se nehotice namokri i opogani, može da

dobije kilu, gušu itd. Dapače i isti mozag zna stradati; mogu doći grčevi, nesviest, da i sama smrt iznenada. Kad liečnik takovoga bolestnika pregleda, naći će, da se katar po svim čestima pluća razširio.

U nenormalnim slučajevima pojavit će se u to vrieme upala pluća, dušnika, porebrice i osrdačja. Čim se ove bolesti pojave, kukurikavac popusti. Ako je normalan bio, to se oko 6.—10. nedjelje primiče kraju. Bolestnika kašalj redje i slabije napada, soptenje, kukurikanje pomalo prestaje, lako izbacuje mnogo žuto-zelene sluzi. Ove sluzi svaki put manje biva, dok se poslie dvie do četiri nedjelje sasvim izgubi.

U mnogim slučajevima katar ne će da prodje, već se od njeg razvija i katar u želudcu. Bolestnik izgubi volju na jelo, on vehne i sahne, dok ga najposlie sušica ne obori. Čim u kući koje diete dobije kašalj kukurikavac, treba ga odmah od zdrave djece odieliti, tako će se često puta na put stati, da se druga djeca ne razbole. Bolestno diete treba što više u čistom zraku da živi; ništa nije tako od koristi proti ovomu kašlju, kao čist, svjež zrak. Hraniti ga treba pomalo i to takovim jelom, koje se lahko probavlja.

U to vrieme može se djetetu malo i kroz prste gledati, ne treba ga svaki put kazniti, kad što skrivi, jer sve ono, što ga uzbuni, podražuje mu kašalj, da ga jače napada.

Za cielo vrieme, dok je kašalj još u razvitku, ne pomaže nikakav liek. Tek kad počme bolestnik izbacivati žuto-zelenu sluz, možemo se od ljekarija njekoj polakšici nadati. U novije vrieme preporučuje se udisanje karbolne kiseline. Istina, kad se ovaj liek upotrebljuje, kašalj ne će odmah da se izgubi, ali je ipak mnogo snosniji, jer brže prodje i jer se navedene bolesti redje pojavljuju. Ne treba misliti, da je zabolestnika dosta, ako kadkad udiše karbolnu kiselinu. Ako želimo da nam taj liek od pomoći bude, to treba da se diete neprestano bavi u zraku, u kom ima karbolne kiseline. U tu svrhu treba sobu, u kojoj se bolestnik nalazi, njekoliko puta preko dana poprskati vodom, u kojoj ima 3—4 postotaka karbolne kiseline. Neka se ostavi posuda, u kojoj ima ovakove raztopine, otvorena u sobi, a noću treba objesiti u djetinjoj sobi loptice od vate, koje su karbolnom kiselinom dobro natopljene. Čim je kašalj kukurikavac prestao, valja nastojati, da se diete oporavi i okriepi, jer je onim mukama jako oslabilo. U tu svrhu kupati ćemo diete, hladno ga trljati, dati ćemo mu kriepku hranu, jaja, mlieko, mesa i po malo vina.

KATAR CRIEVNI.

Svi organi, koji su prekriti opnom sluznicom, stradaju od katara ili nastida, pa tako se zna i u crievo, koje je takodjer s nutarnje strane sluznicom prekrito, katar ugniezditi. Katar crieva riedko se kada kroz cieli crievni prohod proteže, obično strada samo pojedina čest crieva. Ako se ne osvrnemo na težke bolesti, za kojima sliedi katar crieva, kao što su to pošalina, kolera, sušica itd. to ćemo viditi, da je katar crieva postao, što je crievo izravno nešto podražilo ili jer ima njekoji drugi škodljivi uzrok, koji istina na crievo izravno ne djeluje, ali se zle posliedice onoga škodljivoga upliva, koji je pao na druge organe, na crievo odnosi i istomu škodi. K ovomu računamo prehladu nogu, trbuha, zatim kad se tko jako boji, uplaši ili razjadi. U svim tim slučajevima pojavi se silan proljev, koji je posliedica akutnog crievnog katara.

Crievo će izravno podražiti razni liekovi, koje se za očišćenje uzimaju, onda nepodpuno prokuhana hrana ili već u želudcu pokvarena hrana, koja kroz crievo prolazi te ga podražuje i katar sa sobom vodi. Tako će katar proizvesti i blato, koje dulje vremena u crievu stoji, te se tamo zapeče. Osim toga pojavit će se katar crieva epidemično u stanovito doba uplivom nepogode vremena.

Svakomu je poznato, da i njekoje vrsti voća, osobito ako se jede, dok još nije pravo zrelo, može biti uzrok proljevu, a s tim i katar crieva. Crievni katar je akutan, a zna i kroničan biti; često puta dolazi i prolazi bez groznice.

Najglavnije obilježje akutnog katara crieva jesu mnoge riedke, vodničave izmetine, proljev, — »driskanje« kako narod kaže. Boli obično nema, nu kadkad zna i kolika — griža — doći, ali se odmah izgubi, čim čovjek zarad sebe izadje; to je obično katar tankoga crieva.

Ako bolestnik od katara u debelom crievu strada, onda ima boli oko pupka, peče ga u zadnjici i jako ga na dvor goni. Kad se čovjek napregne, da izadje zarad sebe, to će iz njeg izaći malo sluzi, koja je izpremiešana s krvju. Sad bolestniku malo odahne, ali ta polakšica samo onda nješto dulje traje, ako je izašlo dosta zapečenog blata. Tomu kataru obično je uzrok taj, što blato dulje vremena u crievu stoji, pa se tamo zapeče. Ovakav katar najbrže će se izliečiti, ako bolestniku dajemo nješto, od čega će brzo i mnogo na dvor izaći.

Ako je katar u najkrajnijem dielu crievnog prohoda (u gužnjaku), to će bolestniku upravo tako biti, kao što smo sada kazali, samo što boli u trbuhu nema.

Tko strada od kroničnog katara crieva, izmjenice ima sad proljev, sad je opet zapečen. Bolestnici su nerazpoloženi, drago im je, kad idu vjetrovi od njih i kad idu zarad sebe, jer tad osjećaju, da im je bolje. Tvrda ili zapečena stolica nije im po ćudi; izgube volju na svaki ozbiljni rad, ter ih hypohondrija muči. Taj katar crieva lieči se ovako: Treba crievo čuvati, da mnogo hrane u njeg ne dolazi, t. j. treba samo toliko jesti, koliko je od prieke potrebe. Ako katar dodje

od prehlade, neka bolestnik ostane u krevetu, neka popije njekoliko čašica toploga čaja, na trbuh neka metne tople marame ili kesicu sa toplim brašnom, mekinjama ili soli. Tko zna, da strada od prehlade, mora nositi vunene čarape i vunene gaće.

Ako tko ima katar, jer je zapečen, kazano je već, da će ga proći, ako uzme štogod da ide na polje ili ako se posluži klištirom; i jedno i drugo brzo će mu pomoći. Proljev će proći, ako piješ sluzavu juhu ili kakvo drugo sluzavo piće, ako uzavriješ crno vino te ga piješ koliko vruće možeš, a valja i crna kava.

Liek iz ljekarne možeš uzeti ovaj: Uzmi 3 do 4 puta na dan po 5 do 10 kapljica driemkove tinkture ili 2 do 3 Doverova praška. Dok imaš proljev, jedi što manje, istom kad je proljev prestao, možeš malo više jesti; dobro ćeš učiniti, ako njeko vrieme jedeš jela, koja se lahko i brzo probavljaju. Vrlo dobar liek od kroničnog katara crieva je Priesnitzov oblog; ovaj valja metati na trbuh.

KATAR DUŠNICA (BRONCHIALCATARRH).

Nijedan nutarnji ustroj čovječjega tiela nije toliko izvržen uplivu vanjskoga zraka kao dušnik. Disanjem, koje nam je toliko za življenje nuždno, neprestance dolazi zrak u dušnik. Čuditi se moramo, što se mnogo više bolesti na dušniku ne pojavljuju, kad pomislimo, koji se nebrojivi broj raznih sastavina po zraku vrti i kako je nježna sluznica, kojom je dušnik prekrit.

Kažemo, da je njekoji nutarnji povod uzrokom navali krvi u dušniku, oticanje ovoga, nepravilno odticanje krvi u plućama, bolesti srca itd., nu ako točno i pozorno ove pojave do najsitnije čestice promotrimo, to ćemo doći do zaključka, da je ipak u najviše slučajeva vanjski upliv temelj ovim nepogodama. Tako će upala dušnika nastati uslied upliva, koji na njeg ima udisani prah, razdražujuće pare, odviše hladni ili prevrući zrak, zanat, gdje sitne čestice od tvari, s kojima zanatlija posla ima, u dušnik dolaze n. pr. kod mlinara, pekara, klesara itd.

Nadalje kao osobiti povod upali dušnika na glasu je »prehlada«. Pod riečju prehlada ne razumieva se toliko nagla promjena vremena, koliko se mnogo više drži, da je uzrok promjena topline, koja čini, da koža zebe po cielome tielu ili samo pojedine česti. Kako se to sbiva, još se točno opredieliti ne može, nu da takova prehlada obstoji, ne može nitko poreći. Još nikomu nije bilo moguće dokazati, da nagla promjena topline zraka, koji nas okružuje, nije uzrok upali dušnica. Katar dušnica (Bronchien) mogu dobiti djeca, odrasli i starci.

Posliedice katara i upale dušnica nisu jednake u djece, staraca i odraslih, zato ćemo o tom posebice govoriti. Najprije da pogledamo katar dušnica u **odraslih.**

Tko od rečenog katara strada, osjeća da ga zima po svem tielu prolazi, sad jače, sad slabije. Tako mu je, kao što narod kaže, »kan da ga je tko izbio«, bole ga svi sglobovi, tuj ga spopade vrućina pa za njom brzo opet zima, apetit sasvim izgubi. Čelo je sielo nesnosive boli; amo još dodje, da mu iz nosa voda teče, (u Slavoniji po njekojim mjestima od šale kažu, da »nos peče rakiju«) u vratu i dušniku nješto ga škaklji i grebe. I kašlja ne fali. Disanje je pravilno; kad mjeriš toplinu, ona je normalna ili ima samo mala razlika. Ako metnemo uho na prsa takovom patniku, čuti ćemo kako u prsima fućka i struže; uzrok tomu je zrak, koji mimo dušnika prolazi. U to vrieme je opna sluzavka u dušnicama otečena, bale su se ondje nakupile, pa eto zaprieke, da ne može zrak pravilno svojim putem ići; dok si nadje mjesta kuda će, tvori se ono fućkanje i struganje.

Ako se mnogo bala nakupilo, a ove su mehke, rahle i vlažne, to zrak u njima mjehuriće pravi, ovi opet, kako se koji pravi ili ga nestane, puckaju i prašte. Čim je veća grana dušnica, u kojima se ovakovi mjehurići prave, tim je veće i praštenje, pa se onda mnogo jače i čuje.

U najviše slučajeva ovakav katar prodje bez ikakovih posliedica, te nema nužde, da se lieči.

Tko katar dušnica ima, neka ostaje njekoliko dana u sobi, neka pije topli napitak, bilo mlieko, bilo čaj za prsa ili od bazge ili Seltersovu vodu s mliekom. Podražujuće liekove odredit će liečnik u slučaju, da ga često kašalj muči.

Mnogo veću opreznost zaslužuje **kronični katar dušnica.** Ovaj će nastati, ako na njeg uviek djeluje isto zlo, koje je bilo povod, da je katar dušnica došao: ili ako jedan katar nije još pravo ni prošao, a već je drugo oboljavanje na putu. Kod kroničnog katara ne proteže se ovaj samo na pojedine grane, nego je katar razširen po svim dušnicama. U takovog bolestnika ima sluzne pljuvačke mnogo, opna sluznica dulje vremena je otečena. I ako osobito fine cievčice dušnica od katara pate, onda i disanje nije pravilno, ono zaostaje, jer se u nabreklim cievčicama nakupi pljuvačke, ova ne može kroz njih proći, jer su od otečene sluzavke kao začepite, pa tako ni zrak ne može kroz nje; odtuda dolazi težko disanje.

Ovakav kronični katar jedva da se ikada izliečiti može. Akoprem taj katar čovjeku nikad opasan nije, ali je ipak ovakovo stanje dosadno.

Katar **dušnica u staraca** pun je opasnosti, osobito ako sasvim fine cievčice dušnica zahvati. On se javlja u staraca jakom groznicom,

te za kratko vrieme iztroši i ono malo snage, što u njih još ima. Bilo sve slabije bije, kožu pokriva jak znoj, pljuvačka se sve više i više u dušnicama nakupi, pa jer ju ne mogu izbaciti, to lahko predje u pluća, uslied čega na tako zvanoj »plućnoj kapi« umru. Isto tako je ovaj katar i za **malu djecu** vrlo opasan. Ovdje se sastoji zlo u tom, što je taj organ još vrlo malen i nesavršen. Cievčice dušnica vrlo su malene i tiesne, te im ne treba ni znatna oteklina, ni vrlo mnogo pljuvačke i one su se već sasvim začepile.

Djeci će skoro otežćati disanje i ona su propala, jer će se otrovati ugljičnom kiselinom od zraka, kojega ne mogu izdisati. Kad mala djeca imaju katar dušnica, dobro će nam doći topli vlažni oblozi. U tu svrhu uzet ćemo komad flanela po prilici 6—8 prsti širok i 30—35 centimetara dugačak, zamočit ćemo ga u toplu vodu, dobro ćemo ga izciediti, te ćemo ga djetetu oviti oko grudnoga koša. Ovaj topli oblog pokriti ćemo povoštenim platnom (Billroth-batistom) te ćemo sve to oviti dva ili tri puta drugim platnenim povojem.

Najbolju uslugu za povijanje čini ne odviše dugačak ručnik (peškir). Sve to valja dobro pričvrstiti i na to paziti, da ne ostane šuplje mjesto oko obloga, da ne bi hladan zrak do njeg došao. Ovaj oblog ne treba dirati 6—8 sati, poslie ćemo ga opet toplim zamieniti; tako ćemo za 24 sata tri ili četiri puta uraditi. Kadkada je vrlo dobro, da se djeci štogod na bljuvanje dade. Onim naprezanjem izbace se bale, koje su začepile dušnice i tako je djetetu moguće, da opet laglje diše.

Još jednom spominjemo, da katar dušnica u odraslih ne treba nikakovom bolesti smatrati. Pojavi li se taj katar u djece ili u staraca, usrdno savjetujemo, da se ne čeka ni jedan dan, već da se što prije liečnička pomoć potraži.

KATAR GRKLJANA.

Ova bolest dolazi odtuda, što oboli opna sluznica, kojom je grkljan iznutra pokrit. Kadkad samo na pojedinim čestima grkljana opna sluznica oboli, pa se ondje bolest i drži, te se ne širi dalje, a kadkad se ta bolest po svem grkljanu razilazi. Katar grkljana pojavi se iznenada, onda obično i brzo prodje. Ili se vrlo lagano razvija, te traje mjesece i mjesece, dapače i na godine se protegnuti može.

Prva vrst je akutni, a druga kronični katar. Akutni katar dolazi ponajviše od prehlade; u tom slučaju napadne katar izravno ili na sam grkljan ili se pojavi najprije u nosu i ždrielu, pa se odavle i na sluznicu u grkljanu proteže. Najčešće zahvati katar glasiljkine vez-

nice; od toga postaje glas hrapav, promukao, dapače kadkada se i sasvim izgubi. Ako katar zahvati više nutarnji dio, to ovaj može, tako znatno oteći, da se otvor na grkljanu jako suzi t. j. biva sasvim malen, dapače može i toliko nateći, da se otvor skoro sasvim začepi, tako da čovjek jedva disati može. Kadkad se zna ovaj otvor tako stisnuti, da je čovjek gotov udušiti se. Ovo najviše se pojavljuje kod male djece; to je tako zvana prividna zadavica. Diete ide sasvim zdravo spavati, iznenada se o ponoći probudi, jedva diše. Obilježja su ista kao i kod zadavice (vidi ovu). Kašalj je sasvim drugčiji, nego što obično biva; glas je hrapav ili ga jedva čuješ. Ova obilježja obično roditelje vrlo uplaše, jer znadu od najveće opasnosti biti; nu kao što su iznenada došla, tako i brzo prodju; kad liečnik dodje, obično nadje, da diete mirno spava.

Dan, dva, glas je uviek hrapav i kašalj suh, postepeno za 3—4 dana katar se sasvim izgubi. Kod odrasloga grkljan je mnogo širi, zato se riedko kad dogodi, da se grkljan od katara tako jako suzi, da čovjek ne bi mogao disati; najčešće se samo glas promieni. I kod odraslog ove neprilike brzo se izgube. Riedko kad je kod odrasloga, kad ima akutni katar, liečnička pomoć nuždna, izim ako ove osobe svakdanji kruh svojim glasom zaslužuju n. pr. pjevači, propoviednici, predstavljači i učitelji.

Tko se zna čuvati i uz to pije topli napitak, brzo će mu akutni katar proći. Ni maloj djeci ne treba drugo, već da iz sobe ne izlaze i da piju toplo mlieko, čaj za prsa itd. Kronični katar razvija se najviše kod osoba, koje su primorane, da rade u prašini ili da udišu razdražujuće pare. Amo se broje: klesari, mlinari, pekari, oni, koji bruse staklo ili kovine, koji izradjuju stivu, tkaju sukno i rabotnici u kemičkim tvornicama. Propoviednici i učitelji, koji moraju često i glasno govoriti u prostorima i sobama, gdje je hladno ili koje su slabo provjetrene, takodjer su podvrženi kroničnom kataru grkljana.

Zrcalicom za pregledanje grkljana može liečnik sasvim točno razpoznati, ima li bolestnik akutni ili kronični katar; osim toga može odmah znati, koji je uzrok kroničnom kataru, je li žestok, i kako dugo već traje. I kod ovog katara glas se sasvim promieni; tko ga ima, osjeća, da mu je grlo hrapavo, da ga u grkljanu sve nješto škaklji i podražuje, često puta mora se i nakašljati.

Ako kronični katar dugo traje, sluznica se sgusne, izgubi svoju naravsku boju, vidiš, da je posuta kao prosenim zrnjem, dapače, mogu se po njoj i gnojnice napraviti. Liečenje sastoji se ponajviše u tom, da se bolestnik kloni svega onoga, što je povod kroničnomu kataru. Bolestnik ne smije onamo, gdje se prah uzvitla; ne smije udisati škodljive pare; nadalje mora čuvati svoje glasilo (Stimmorgan), ne smije pjevati, ni glasno govoriti. Podnipošto neka ne puši,

neka ne pije žestoka pića i neka ne jede jestvine, koje su jako mirodijama začinjene. Ako bolestnik želi, da mu bolest skoro okrene na bolje, ne samo da se mora čuvati svega, što bje sada rečeno, već mora i ona mjesta, koja od kroničnog katara stradaju, ozbiljno liečiti. Za ovo liečenje udisati će vodenu paru, paru od obične kuhinjske soli ili natronove raztopine. Takodjer je vrlo dobar liek stipsa (kocelj, Alaun) i tanin; s ovim liekovima samo se napraše bolestna mjesta: a to će liečnik činiti.

KATAR MATERICE.

Ako se ženskinja prehladi u ono vrieme, kada svoju mjesečninu ima ili kada matericu nješto neposredno podražuje, opna sluzavka, kojom je materica obvita, akutno boli. Ista bolest nastati će, ako ženskinja puteno obći sa mužem, koji ima katar u vodopustu. Opna sluzavka oteče, te se ciedi bistra ili mlieku slična sluz, koja se oteže, kao bale. Kadkad je ovakova sluz i gnojna. Bolestnice osjećaju veliku toplinu u malom trbuhu, ne mogu ići zarad sebe, sili ih češće na vodu, a kad mokre, boli ih.

Ako stradaju u ono vrieme, kad imaju mjesečninu, onda im je krvotok jači. Ovakovom kataru veli se akutni katar materice; on može za dvie tri nedjelje sasvim proći. Ako li za ovo vrieme ne prodje, već mu se i opet nove neprilike pridruže, kao što su: novo razdraženje ili prehlada, to će akutni katar prieći u kronični. Da akutni katar s lahkim prodje, treba bolestnici mir; uz to će uštrcati mlaku vodu u rodnicu. Ako je katar već na toliko prošao, da su sve druge neprilike nestale, samo se još sluz ciedi, to neka uštrcava mlaku vodu sa borovom kiselinom ili sa sumporo kiselim cinkom. Za jedno uštrcavanje metni jednu kavenu žličicu lieka u jednu litru vode. Uštrcavati treba dva puta na dan. Njekoliko toplih kupelji pospiešiti će ozdravljenje.

Kronični katar materice (bieli cviet, bielotok, bielo pranje), spada u red najdosadnijih i najobičnijih ženskih bolesti. Kadkad se razvija od akutnog katara materice, ako se zanemario liečiti. Obično se sam po sebi razvija i to tako lagano da ženskinja nikakovih neprilika od njeg ne osjeća. Ovu vrst katara, naime kronični, imati će ženskinje, kojima su sokovi nezdravi, a to su obično škrofulozne i tuberkulozne. Onda će takav katar dobiti ženskinje, koje se dobro ne hrane, koje ne mare ili ne znaju za valjanu njegu kože, koje žive u vlažnim stanovima, te se muče težkim poslom.

U drugim slučajevima opet mu je uzrok prekomjerno spolno občenje, krivi položaj materice, samoblud (onanija), otok u materici ili što cieli organizam od težke bolesti strada.

Glavno i najdosadnije obilježje kroničnog katara jest, da neprestano njeka tekućina, kao mlieko biela ili po njekad i žutkasta iz spolovila prokapljuje. Od ovog dobila je bolest ime bielotok ili bieli cviet; može ga vrlo malo biti, a može toliko poteći, da je od njeg neprestano vlažna rodnica, sramovne sklopke, dapače i nutarnja strana bedara. Ova tekućina čini, da koža po onim mjestima peče, svrbi, dapače može se i ojesti. Mjesečnina kod kroničnog katara biva nepravilna, te ženskinja i boli osjeća. Kod kroničnog katara užge se opna sluzavka u materici; tečenje, koje uslied ove užgaline nastaje, oduzimlje materici sposobnost, da se oplodjeno jajašce u njoj razviti može. Ženske, koje su inače sasvim zdrave i za radjanje sposobne, ostaju mnogo puta neplodne jedino radi ovoga tečenja.

Ne samo što materica od toga strada, trpe i one čestice, koje se od njeg kvase; ali što je najgore, kronični katar materice cieli organizam slabi.

Pokvarena probava, fizično nerazpoloženje, nervoznost i cieli niz raznovrstnih neprilika, koje obično imenom hysterija nazivamo, jesu posliedice kroničnog katara u materici. Ovaj istina vrlo je dosadan i dugotrajan, ali nikada sam po sebi smrću ne svrši. Ima slučajeva, da ženska umre, a do posliednjeg časa je imala bjelotok; nu tada i opet nije smrti uzrok bieli cviet, nego bolest, uslied koje se katar materice pojavio.

Liečeći kronični katar dobro ćemo proučiti, što je uzrok toj bolesti. Ako su mu uzrok pokvareni sokovi, dakle »Dyskrazija«, to moramo nastojati, da se ona ukloni. Svladati ćemo je: željezom, ribjom masti, ocelnom vodom, blatnim kupeljima, mesnatom hranom itd. Ako su uzrok razne otekline, to ih treba koliko moguće bolje ukloniti. Ako je bielo tečenje nastalo, što materica nema normalni položaj, treba da je liečnik izpravi.

Pojavi li se akutni katar onako, kao što smo ga na početku opisali, tada ga možemo i sami bez liečnika liečiti. Kronični katar bezuvjetno zahtieva liečničku pomoć. U ovom slučaju nije dovoljno samo uštrcavanje; jedino liečnik znati će opredieliti, koje liekove valja uzeti, da se zlo u korjenu utuče.

KATAR MOKRAĆNOG MJEHURA.

Sluznica u mokraćnom mjehuru može oboliti, kad ju što povriedi ili obole organi, koji su u savezu sa mokraćnim mjehurom, kao što je žliezda predstojnica (Vorsteherdrüse, Prostata) i vodopust, te se ta bolest i do mjehura proteže. Sluznica će izravno od povriede oboliti, ako se nješto u mokraćni mjehur uštrcava ili ako se uzimaju liekovi, koji imaju oštre sastojine, te se ove mokraćom izlučuju, pa mokraća

tad sluznicu podražuje, napokon kamenčići, koji se u mokraćnom mjehuru tvore.

Uzrok katara mokraćnog mjehura može biti i nazeba trbuha i nogu, pa i od mladog piva može se pojaviti. Najvažnije obilježje akutnog katara jest: bolestnika često sili, da vodu pusti, uz to osjeća i boli. Kad tko strada od katara, to će bolestni mjehur podražiti i njekoliko kapi vode, on se steže i sili na mokrenje. U početku bolesti mokraća je još čista, malo po malo biva mutna, te je u njoj dosta sluzi.

Bolest može za njekoliko dana proći, nu može da se i dulje vremena oteže. Akutni katar može se provrći i u kronički. Može tko kronički katar imati bez ikakovih boli, samo što ga često na mokrenje sili i što sluz teče. Kadkad se kod akutnog katara pojavi i grč, koji steže mišicu, što zatvara mokraćni mjehur, te bolestnik ne može vodu pustiti. U tom slučaju treba vodu katetrom izpustiti.

Kad tko ima akutni katar, neka pravi i meće tople obloge na trbuh u okolici mokraćnog mjehura i neka upotrebljuje tople kupelji. Za piće neka mu služi mineralna voda od Wildungen, Preblau, Selters, Soda, Gieshübler i Jamnička kiselica, a može da pije i vodu vapnenicu pomiešanu s jednakim dielom mlieka. Za boli i za često mokrenje najbolje su driemkove kapi i to po 10 kapljica tri puta na dan. Ako su boli popustile, ali mokraća je još mutna, neka pije svaki dan po 2—3 šalice uvarka od maginje (Bärentraube) i to 10—20—30 grama na ¼ litre vode.

Kod kroničnog katara mnogo puta vrlo pomaže, kad se u mokraćni mjehur uštrcava mlaka voda. Ovo može samo liečnik činiti.

KATAR RODNICE.

Rodnica je obložena opnom sluznicom. Kao što svi ustroji, koji su takvom opnom obloženi, mogu oboliti od katara, tako može oboliti i rodnica. U toj bolesti stienke rodnice jako se crvene, oteknu i luče više sluzi. Opna sluznica u rodnici tvori tad vrhnju (skorupu, kajmaku) sličnu tekućinu, ako je mnogo ima, iz rodnice teče, te ojeda mjesta, kudgod dojde. Tko ima katar u rodnici, obično strada i od katara vodopusta. Bolestnicu često sili, da ide mokriti, te osjeća i boli, kad ide za malu nuždu.

Rodnica je vrela i vrlo osjetljiva, kad u nju diraš. Akutni katar rodnice može i odtud nastati, jer je ženskinja imala občenje s onim, koji boluje od kapavca (Tripper) ili jer se mnogo i često druži. Muž naprotiv, koji se druži sa ženskinjom imajućom katar rodnice, može dobiti katar vodopusta. Akutni katar lieči se odmah s početka uštrcavanjem mlake vode u rodnicu ili mlakim sjedaćim kupeljima. Kad više u rodnici ne pali i kad boli popuste, mogu sjedaće kupelji sve

hladnije biti. Uštrcaju može se primiešati pol kašičice chlor-kiselog kalia, stipse ili sumporo-kisele tutije (Zinka). Takova bolestnica mora se čuvati od druženja i razdraženja. Poslie 3—4 nedjelje katar može sasvim proći. Ako ne prodje, neka dalje ne oklieva i zavlači, nego neka pita liečnika za savjet.

Kronični katar razvija se od akutnog, ako ovaj nije podpuno izliečen. Kako se lieči kronični katar materice, isto tako lieči se i ovaj u rodnici (vidi katar materice).

KATAR U USTIMA.

U ustima nastaje katar, kad opna sluznica u njima oboli; pri tom ju pokrije debela sluz te je i otečena. Ovo bolovanje pojavlja se ili zato, što se opna sluznica izravno nadraži ili je posliedica druge bolesti. Ona se nadraži, kad zubi probiju ili kad ovi imaju mnogo oštrih rubova ili kad se oko njih ognoji, kad tko duhan žvače, oštre, ljute, vrlo paprene jestvine jede ili kad mu štogod jedka ili lužna u usta dodje.

Bolesti, kojima se katar u ustima pridružuje, jesu vrbanac u licu (Gesichtsrothlauf), katar želudca, pošalina, škrletina te u obće bolesti, koje su s groznicom skopčane. Bolestnici tuže se, da im se usta liepe, jezik, zuberina (meso oko zubi) i sva sluznica u ustima prekrita je gustom sluzi. Osobito u jutro neugodna duha iz usta izlazi; ta se duha izgubi, čim bolestnik usta i zube opere. Ako je katar u ustima neposredno nastao, to će proći, čim ukloniš, što je uzrok kataru bio. Ako je uslied druge kakove bolesti nastao, nestati će ga, čim od one bolesti ozdraviš.

U slučaju, da je katar u ustima kroničan, izpiraj usta. Najbolje će biti, da to jutrom, dok si još na tašte, učiniš. Uzmi raztopine natrijeva karbonata (kohlensaures Natron) i to jednu žlicu raztopine na čašu vode ili pij soda vodu. Kao domaći liek kad se usta liepe, t. j. kad ima u ustima katar, služi ruved (Rhabarber); prije nego ćeš leći spavati, žvači malo od toga korjena. Tko ima katar u ustima, mora osobitom pomnjom zube njegovati.

KAVA.

Napitak, koji se od pržene kave pravi, svakomu je dovoljno poznat. Najvažnija sastojina kave je kofein i njeka osobita trieslovina.

O kavi su raznoga mnienja učenjaci i neučenjaci. Njeki misle, da je kava dobra i koristna, a drugima se čini, da je škodljiva. Jedan ne može spavati, kad na večer izpije šalicu kave, drugomu se ne da zaspati, dok ne izpije poslie večere svoju porciju crne kavice. Ovomu

je nuždna kava, da mu želudac hranu dobro prokuha, a onoga boli želudac, kad pije kavu. Njetko pije crnu kavu, da ima redovitu stolicu, a drugoga opet crna kava zatvara.

Kad piješ redovito jaku crnu kavu bez ikakve primjese, razdražuje ona i prieči probavu. Findžan (šalica) jake crne kave pomaže, kad tko ima grč u želudcu, koliku (grižu), bljuvanje, migrenu, a mnogomu od nje proliev stane. Kad se tko otruje morfijem, opijem ili drugim narkotičnim liekovima, kava je od velike pomoći. I pijanica, kad se jako opije, od crne se kave raztriezni.



Sl. 37. — Biljka kave.

U Turskoj i na Balkanu samelju prženu kavu, pomiešaju je sa šećerom, ter ju onako jedu nekuhanu za bolju probavu i da imaju bolji ukus u ustima. U predjelima, gdje vlada groznica, malarija, jedu prženu kavu da ih groznica ostavi.

Ondje, gdje kava raste, prave obarak od kavenog lišća, te ga piju proti proljevu i srdobolji. Tko se nije naučio da pije kavu, bolje čini, da se ne privikne na nju. Tko ju ne pije, svakako je zdraviji; živci mu nisu draženi, žile mu se ne uzrujavaju i probava mu je uredbnija. Komu se čini, da bez kave ne bi mogao biti, neka pije bielu kavu t. j. s mliekom i to bez ikakve primjese.

Kava, koja se pije sa kakovom primjesom, što obično »cikorija« nazivaju, istina ne razdražuje živce, ali zato mnogo više škodi probavi, nego čista kava. Za djecu nikako nije kava. Djeca, koja ne piju kavu, mnogo manje stradaju od bolesti na želudcu i na crievima. Tko se dakle nije naviko, da pije kavu, neka je pije samo kao liek.

KAVIAR.

Kaviar je proizvod ribjih jaja (ikre). Pravi se od jaja morune, jesetre, kečige, od morskih šarana, tunine i drugih riba. Kaviar je ukusna hrana; ima u njem mnogo bjelančevine i masti. Radi svoga

slanoga teka potiče apetit, te se i lahko probavlja. Neka ga jede, tko nema dobroga apetita i koga se druga hrana slabo prima t. j. tko je inače zdrav, ali je slabunjav.

KEFIR.

Što je kumis od mlieka kobile, to je kefir od kravjega mlieka. Njekoja plemena u Kavkazu znadu iz kozjega mlieka odgojiti jednu gljivicu, koja u svakom mlieku ukisavanje pobudjuje, kao što to s kumisom biva. Ove gljivice dobiju se u trgovini u obliku zrnaca ili grudica, te se s njima može mnogo brže i jeftinije napraviti piće nalik kumisu, nego što je pravi kumis. Kefir je kajmaku sličan napitak, teka je kiselasta. Preporučuje se onima, koji imaju slabu probavu i koji su sušičavi.

KILE.

Kila je, kad drob iz trbušne utline kroz kakovu rupu ili prodor pod kožu izadje. Po mjestu, gdje je izstupila, razlikujemo pupčanu, dimljačnu i gnjatnu kilu. Kile izgledaju kao kakav otok, one ne nastaju iznenada od skakanja, udarca ili naprezanja, nego postepeno.

Kila ne boli, te je nestane, kad na ledjima ležiš i prstima oteklinu natrag potisneš. Tko ima kilu, tomu će opet izaći, kad kašlje, kad se napinje ili što diže, a kad se pritisne, te se neda namjestiti, tad se je zaglavila ili prištiula. Za kile je najpreči liek dobra **podpasica** (vidi sliku 38.). Tko je nosi, često puta pod njom zaraste rupica ili prodor, kroz koji se drob spušta.



Sl. 38. — Podpasica za kilave.

Podpasica mora kilu dobro držati, da ne izpadne, zato ju mora pritisnuti; nu to se mora tako udesiti, da onaj, koji ju nosi, nikakovih boli ne osjeća. Ako podpasica tišti, dok je nova, neka se metne malo vate pod jastučić. Kilava žena neka nosi dobru podpasicu, da joj ova drob kroz rupicu ne propušta; da pako takovu spravu sebi pribaviti zna, kakova je po nju najbolja, treba da liečnika pita.

Tko je kilav, neka ne hoda bez podpasice, jer bi mu se moglo dogoditi, da se kila zatvori ili prištine t. j. da se više povratiti ne da, pa eto gotove smrti.

Ako se kila zatvori, t. j. ako je prištinuta (eingeklemmt), onda čovjek osjeća velike boli, mnogo bljuje, pa ako se vieštom opera-

cijom ne pomogne, bolestnik je za kratko vrieme propao, jer će mu onaj dio droba, što je prištinut, ognjiliti i obumrieti.

U novije vrieme vješta liečnička umjetnost operira i kile koje nisu prištinute.

KISELINA SUMPORNA.

Sumporna kiselina upotrebljuje se od svih rudnih kiselina najčešće, a s njom se i najčešće dogadjaju kadkad hotična, a kadkad nehotična otrovanja. Za liečenje upotrebljuje se samo, kad se razriedi i to u bolestima, u kojima se krv ne sgruša, kako treba, kao kod škorbuta (cingote, gnjilih usta), kod Werlhofove pjegave krvne bolesti, zatim kod krvljenja iz crieva ili želudca, kod srdobolje, osipne pošaline i napokon kod osipa, koji se s groznicom pojavljuju, te pri kojih se krv raztvara, kao kod boginja, škrletine i dobraca.

U svim tim slučajevima treba da sumporna kiselina uveliča usirenje krvi. Kao vanjski liek upotrebljuje se kadkad kao izjedalo. Za nutarnji liek daje se sumporna kiselina 1 gram na 100 grama prekapane vode; da joj se ukus popravi, dodaje se još 15 grama kakvog kiselastog sirupa. Od tog lieka uzima se po veliku žlicu svaki sat ili u obliku Hallerove kiseline. Ta se kiselina sastoji od 3 diela čiste vinovice i jednog diela nerazredjene sumporne kiseline. Od Hallerove kiseline uzima se 5—10 kapi na čašu šećerom zasladjene vode. Ova osobito valja, kad tko ima mnogo mjesečnog pranja.

KLIŠTIR.

Uštrcavanje tekućine kroz šupak u debelo crievo za liečenje, zove se klištir (Klystier, lavement). Klištir daje se zato, što je bolestnik zatvorena tiela, pa ne može ići zarad sebe, da mu se dakle tielo izprazniuje; ili zato, što ima proljev (lijavicu), da mu dakle tielo zatvori, ili liečnik odredi kakove liekove, koji mu se [illegible]ju uštrcati od zada, ili se bolestnik ne može drugčije hraniti, nego da mu se hraniva kakova tekućina u crievo uštrcava.

Da se zatvorenu bolestniku tielo izprazniuje, pak da podje rad sebe, može se upotrebiti: hladna ili topla voda, čista ili čim drugim pomiešana, obarak od senova lišća ili od St. Germainskoga čaja, uvarak od mekinja ili od lanenog sjemena, sapunica, šećer i različite u vodi ili u obarcima ili uvarcima otopljene soli, naročito kuhinjska, gorka sol itd. obično uz nješto maslinova ulja. Obično se uzmu dvie ili tri žlice ulja, jedna žlica soli i tople vode.

Uštrcavanjem ovakovim tekućinama razmekša se ugrudana, zapečena nečist, koja se možda već i sasvim pri kraju debelog crieva nalazi ili se podražuje opna sluznica u crievu, te tim potiče crievo, da izgoni nečist.

Takav klištir, kojim se stolica otvara, ne pravi se samo, kad je tko zapečen, već i kod drugih bolesti, kad hoćemo da kroz crievo bolestniku polakšicu pružimo. Ovo se pravi kod navale krvi prema plemenitim ustrojima.

Klištir pravi se, kad treba njeku mehaničku zaprieku ukloniti, koja slobodni prolaz u crievu otegoćuje. Ovakovo otežčanje biva, kad se crievo zaplete, kad strana tjelesa u crievo dospiju, kad se zapečene grudice nečisti zatisnu ili prištine. Za to daju se tako zvani veliki (Monstre-Klystier) t. j. uštrcava se vrlo mnogo tekućine i to obično mlake ili hladne vode.

Onda se bolestniku klištir pravi, da ga bol mine i grčevi popuste. U tom slučaju dodaje se tekućini, koja će se uštrcavati, obično i liek za boli n. pr. opij, chloralhydrat.

Na ovaj način daju se bolestniku liekovi, ako ih ne može gutati, jer mu ih želudac ne podnosi, što su odurni ili jer ima grčeve u ustima.

Ako se bolestnik ne može nikako hraniti na usta, tada će liečnik odrediti, da mu uštrcavaju kakove hranive tekućine u crievo n. pr. neslana juha, mlieko, žutanjak od jaja itd. Liečnik će to svaki put naposeb propisati, te ujedno i odrediti, kako će se s jednim ili s drugim klištiriti. Da se bolestniku proliev obustavi, daje mu se za klištir obično sluzava kakova tekućina, naročito od škroba, salepa, od korjena bieloga sljeza itd. Kada treba bolestnika škrobom klištiriti, ne smije se odviše uštrcavati, jer odma tekućina izadje; škrob neka je tako gusta, kao što ju pralje za štirkanje košulja uzimaju.

Prostije druge ljekovite, naročito mirisave tvari za klištir, n. pr. čaj od kamilice, rutave metvice, komorača itd. daju se, kad u trbuhu zavija, bud s vjetrova, bud s grčeva.

Tekućina za klištir mora biti mlaka, a to tako, da će u njem i oćutnije čeljade ruku moći držati. Prije nego ćeš klištiriti, metni napunjenu štrcaljku na oko i tako ćeš lahko prosuditi, nije li tekućina pretopla.

Za odrasla uzimaju se tri desetine litra (tri decilitra), a za djecu za polovinu manje, nego za odrasla. Ima li bolestnik podulje klištir u sebi držati, uzmi tekućine za pol manje, jer ako je ima odviše, ne može ju bolestnik držati.

Uštrca se običnom štrcaljkom za klištir od kositra ili tvrdoga kaučuka ili različitim za to udešenim spravama. Običnih štrcaljka ima manjih za djecu i većih za odrasle. Kad si štrcaljku tekućinom, kojom ćeš klištiriti, napunio, okreni ju cievčicom gore, pak po-

rivaj tučak, dok ti se na cievčici ne ukaže sama tekućina; to moraš činiti za to, da zrak, koji je uz tekućinu u štrcaljki, iz nje iztisneš.

Bolestnik neka legne porebarke, najbolje na lievu stranu i neka pritegne koljena, a zadak da mu je na desnom kraju postelje. Uzmi desnom rukom uljem pomazanu cievčicu, pak ju polagano i pazljivo okrećuć udjeni u gužnjak, ali tako, kao **kad bi njome ciljao bolestniku u pupak,** jer je to pravac gužnjaku. Lievom rukom drži sada cievčicu, a desnom natakni štrcaljku na nju. Palcem i kažiprstom lieve ruke čvrsto ćeš obrub cievčice izvan gužnjaka ležeći prihvatiti, a štrcaljku primiti dlanom te iste ruke. Desnom ćeš rukom pako tučak vrteć ga polagano u štrcaljku utiskati, dok ju ne izprazniš. Na to izvadiv cievčicu iz šupka neka bolestnik legne na ledja i noge pruži.



Sl. 39. — Kantica, irigator.

Davajuć bolestniku klištir treba mu pod zadnjicu podmetnuti povošteno platno ili njekoliko puta složenu ponjavu ili krpe, da se ne bi tekućina prolila i postelju namočila.

Klištir se najobičnije daje sa kanticom od lima (vidi sliku 39.); sprava, koja se i za splakanje rana ili uštrcavanje u rodnicu upotrebljava; takova kantica zove se irigator (vidi splakanje).

Ima još i drugih raznovrstnih sprava i štrcaljka, kojima se klištir daje.

KOLANJE KRVI.

Nosioc našega života je krv sa svojim sastojinama. Sastojine krvi jesu: bezbojna sirutka i nebrojena sićušna krvna zrnca (tjelašca), koja se samo povećalom mikroskopom viditi mogu. Veći dio ovih zrnaca ima oblik novca (pljosnati) te su žuto crvene boje, crvena krvna zrnca, a manji dio oblika su kao lopta te nemaju boje, biela krvna zrnca. Čim iz tiela krv izadje, odmah se na zraku usiri, te se dieli na krvnu grudvu i krvnu sirutku (serum).

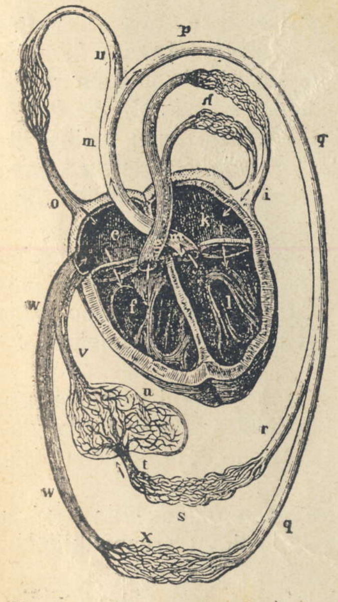
Samo one tvorine i veziva, koja se dovoljno krvju hrane, jesu u stanju da vrše službu, za koju su u kućanstvu organizma opredieljeni.

Da krv na sve strane tiela priticati može, razgranjena je po njem njeka osobita kanalizacija, žilno mrežje. Ovim krvnim cievljem teče krvni talas nikada nemirujući, odlazeći i dolazeći, koristni materijal donoseći, a istrošeni odvodeći; nikada ne počivajući, nikada se umornim ne osjećajući. Postaje li gdje talas ili se sasvim ustavi, to se na tom mjestu pokažu vrlo škodljivi pojavi, krvni uzpor ili krvostav; to biva, ako se krvostav ograniči samo na pojedina mjesta, ako krv

ondje ne pritiče. Ako se priticanje krvi po svim ustrojima ustavi ili stane, nastupi smrt.

Ovo neprestano gibanje, talasanje ili obticanje krvi (cirkulacija krvi), koja počima u materinjoj utrobi, a svršuje se zadnjim dahom života, zove se obtok ili kolanje krvi, a naše je srce ustroj, koji ovo kolanje podražuje.

Srce leži omotano kožnom kesom kao njekom vrećom (osrdačjem, košuljicom) u prednjem odjelu lieve polovice grudne utline. S prednje strana dotiče se srce grudnoga koša i potresa ga (bije, kuca). Srce je od mišičnog veziva složeno, a u nutri je šuplje. Ova šupljina pregradjena je po dužini i širini na četiri pregradka. Gornje pregradke zovu se predsrdja (Vorkammer), a dolnje pregradke su klietke (Herzkammern). Predsrdje i klietka iste polovice srca stoje medjusobno u svezi, dočim je jedna polovina srca od druge posve razlučena, te s toga i raznu krv ima, i to desna polovica ima tamno-crvenu (plavetnu, venoznu), lieva polutka srca ima jasno crvenu (arterijoznu) krv. Srce se neodvisno od volje u pravilnim razdobjima (ritmički) steže, te krv klietaka, koja kroz zaklopce za to uredjene može doduše iz predsrdja u klietke, ali ne natrag dospjeti, tjera na mahove u žile kucavice. Ovo potiskivanje (bilo, kucanje) možeš ne samo na srcu, nego i na većim žilama kucavicama jasno i razgovjetno osjetiti, gdjekad pače i vidjeti. Srce kuca u odraslih 70—80 puta u minuti, u djece 90—120 puta. Prislonimo li uho na čija prsa, to čujemo dva naglo jedan za drugim sliedeća glasa; prvi se čuje, kad se srce steže, a drugi kad se razteže. U ove četiri šupljine srca, u oba predsrdja i klietke otvaraju se glavna stabla ovelikih žila, i to 1. u desno predsrdje 2 velike žile, koje krv



Sl. 40. — Kolanje krvi. e) desno predsrdje; f) desna klietka; g) plućna žila kucavica; d) žile vlasastice maloga obtoka krvi; i) plućna žila krvica; k) lievo predsrdje; l) lieva klietka; m) p) q) velika žila kucavica; n) žile kucavice; o) velika žila; r) žile kucavice crievlja; t) žila vratnica; u) žile vlasastice vraćenog žilja; v) jetrana žila kucavica; w) velika žila; x) žile vlasastice velikoga obtoka krvi.

iz svega tiela odozgor i odozdol k srcu dovode, te se žile krvice (Hohlvenen) zovu; 2. iz desne klietke vodi plućna kucavica (Lungenpulsader) tamno-crvenu krv u pluća; 3. u lievo predsrdje otvaraju se 4 plućne žile krvice (Lungenvenen), koje iz pluća dovode jasno-crvenu krv k srcu, i 4. iz lieve klietke ide velika kucavica tiela (grosse Körperpulsader ili Aorta), koja jasno-crvenu krv razvodi iz srca gore i dolje u svekoliko tielo.

Lieva srčana klietka stežući se tjera krv u veliku žilu kucavicu, a iz ove u one žile kucavice, koje se od nje razgranjuju u najodaljenije krajeve našega tiela.

Na najskrajnijim ograncima žila kucavica leže žile vlasastice (Harr- oder Capillargefässe). Njihove stienke podržavaju živahnu izmjenu izmedju krvi i veziva. Kad su veziva primila nuždne sastojine iz krvi te vratila škodljive i nepotrebne tvari, skuplja se krv u najskrajnijim ograncima krvnih žila, te po ovima teče u velike žile krvice, a odavle dospije krv u desno predsrdje i dalje u desnu srčanu klietku. Ovo kolanje krvi iz lieve klietke u desnu zove se veliko obticanje ili tjelesni obtok.

Desna srčana klietka tjera krv u veliku plućnu žilu kucavicu (Lungenschlagader ili Lungenpulsader); ova razgranjuje se po plućima u najfinijim grančicama, isto onako kao žile kucavice po ostalom tielu; ove najsitnije grančice protiču stienke plućnih mjehurića i tu se raztvaraju.

Krv dakle dolazi u najtiesniji doticaj sa zrakom, koji su pluća udisala i sad biva ovdje opet izmjena, kao što ju svagdje kod žila vlasastica nalazimo. Samo razlika je ovdje ta, što se daje ugljična kiselina, a prima se kisik od udisanog zraka.

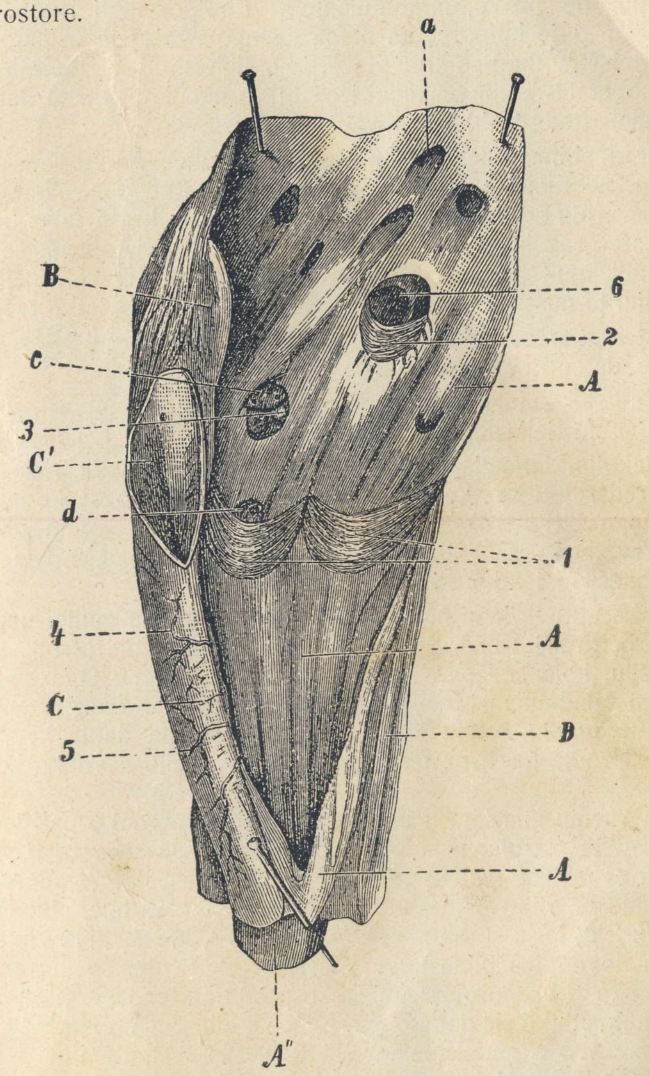
Kisikom bogato obskrbljena krv sabire se u plućne žile krvice, te kroz nje teče u lievo predsrdje i odavle u lievu srčanu klietku, odakle opet iznova započme veliko obticanje.

Kad dakle krv teče iz lieve srčane klietke u desnu, biva **veliki obtok krvi,** a kad krv teče iz desne srčane klietke u lievu, biva **mali obtok krvi.**

Srce sa svojim energičnim stezanjem, tjera krv u žile i one same imaju moć, da se stežu i razširuju. Ovim stezanjem je moguće, da se krvni talas napried potiskuje. Kad čovjek diše i kad se giba, natisnu se susjedni ustroji, a ovaj utiče na obtok krvi. Što su žile kucavice dalje od srca, tim više se slabi potiskavajuća sila i prema tomu krv silnije teče, brže se giba u žilama kucavicama, nego li u krvicama; zato se kod ovih žila i ne osjeća kucanje, a kad se koja takova žila ozledi, ne frca krv, poput vodoskoka, kao iz žila kucavica već teče polako, kao iz kakove cievi.

Disanje živo podkriepljuje gibanje krvi u žilama krvicama, jer kad se diše, razširuju se krvne žile u trbušnoj i plućnoj utlini, te se

onda mora krv iz tiesnijih i niže ležećih mjesta saliti u šire i više ležeće prostore.



Sl. 41. — Zalistci bedrovne žile krvice. — A A″ bedrovna žila krvica, gore uzduž prorezana. — B vezivo. — D bedrovna žila kucavica, kod C′ prorezana. — a, c, d, manje žile krvice, koje utiču u bedrovnu žilu. — 1. Dvostruki zalistci. — 2, 3 jednostavni zalistci. — 4, 5 žilice žiljne stienke.

Da krv u protivnim okolnostima ne može natrag poteći, brane zalistci (Klappen), kojih ima u žilama krvicama (vidi sliku 41.), dočim

u žilama kucavicama ih nema. I srce ima takovih zalistaka, a to su veoma nuždne sprave, da se kolanje krvi ne poremeti. Svaka srčana klietka ima dvie komore; da nema na njima takovih zalistaka, morala bi sva krv, kad se srce steže, iz obijuh komora izteći, a ako se razširi, opet bi se silom ulila, srce bi se napokon krvlju napunilo i tako puno ostalo, te bi se obticanje krvi ustavilo.

A jer u obima klietkama ima dvie zalistne sprave sa različitim otvorom, ne može se nikada krv ustaviti. Kad se srčane klietke stežu, otvaraju se zalistci na žilama, te puštaju krvni talas u žile; a kad se srce razširi, zatvaraju se ovi zalistci te čuvaju da se krv iz krvnih žila opet k srcu ne povrati, ali zato se otvaraju zalistci na predsrdju, te puštaju da krv iz predsrdja u srčane klietke teče.

Zalistci na srčanim klietkama opet su zatvoreni, kad se srce steže, te brane, da se krv ne povrati iz klietke u predsrdje.

Ako se rad kojega zalistka poremeti, oslabi ili pokvari, obticanje krvi po svem tjelesnom ustroju jako strada.

U njekojim bolestima promiene zalistci svoj oblik tako, da ne mogu predsrdje i klietku točno zatvoriti. Takove pogreške na zalistcima mogu biti uzrok svakojakomu zlu, jer u takovim prilikama može krv, kad se klietke i predsrdja razšire, opet u ista vratiti, odviše razširiti i tako se žile prepune krvlju.

Osobite puteve krvi nalazimo i u drugim krvlju punim ustrojima, tako naročito u jetrima. Spajaju se naime krvne žile utrobe u jednu veliku žilu, koja se zove žila vratnica (Pfortader). Ova se dieli u jetrima u tanahnu mrežu vlasastica, da onda krv opet promienjenu dovode u doljnju veliku žilu dovodnicu. Tamna dakle krv utrobe treba da prodje još kroz jetra prije, nego dospije u veliko kolanje i k srcu.

Osim krvnih žila ima u najviše česti tiela, naročito pak u trbuhu još cievolikih ustroja, u kojima teče biela tekuća **mezga** (Lymphe), te se s toga **mezgovnice** ili upilice (Lymphgefässe ili Saugadern) zovu. Najznatnije od njih razgranjuju se u želudcu i crievima, upijaju ondje mezgu iz jela, te ju sa upitnim sokovima iz ostaloga tiela vode u veliku žilu dovodnicu blizu lieve žile ključice. Ovdje se mezga, koja, kao što i krv, ima osobita, ali bezbrojna tjelašca, mieša sa tamnocrvenom krvlju, dolazi s ovom u desni dio srca, odatle u pluća, odavde se vraća nepromienjena u lievi dio srca, te dolazi tako u veliki obtok krvi, pri čem malo po malo od bezbojnih tjelašaca mezge postanu crvena tjelašca krvi.

Izmedju mrezja mezgovnog žilja ponamieštene su u raznim razmacima **žliezde mezgovnice.** One mogu biti razne veličine, kao proso, pa do veličine grahova zrna, oblika su dugoljastog ili okruglog; najviše ih ima ondje, gdje se mezga tvori. U ovim žliezdama

limfna tjelašca sve više bivaju krvnim tjelašcama nalična, te se napokon pretvore u prava krvna tjelašca; tim dakle možemo limfne žliezde smatrati ustrojima, u kojima se krv pripravlja. Najviše takovih žliezda ima u vratu, u zatiljku, u slabinama, u šupljini pazuha, u pregibu lakta itd. U nutarnjosti svojoj imaju te žliezde nebrojeno mnogo sitnih tjelašaca, koja su slična krvnim bezbojnim zrncima.

Židka mezga, koja ih protiče ostavlja kao na kakvom cjedilu, sve ono, što je u njoj nečista. Ta ovdje naslagana nečistoća, ako dolazi od takovih oboljelih tjelesnih veziva ili rana, uzrok je, da limfne žliezde oteknu.

Treba da nastojiš, da prikladnom hranom privodiš krvi nuždnih joj tvari, te da ju uzdržiš u pravoj množini i dobroj kakvoći, čemu može mnogo doprinieti uredan i razborit način života, a poglavito glede hranitbe i disanja. Zaustavi li se kolanje krvi, to može u trbuhu, u prsima i u mozgu prouzrokovati veoma pogibeljnih bolesti, čega radi valja osobito krećući se primjereno i disanje podupirući kolanje krvi u neporemećenoj struji uzdržavati. Takovim zaustavljanjem kolanja krvi kao i tim, ako se cievi prepune, mogu se žile unutar tiela razpucati te krv razliti u moždjane (kaplja, Hirnschlag), u pluća (bacanje krvi), u prsište, ako se velike krvne žile razpuknu ili pače i u samo srce (kljenut srca, Herzschlag) i naglu, prieku smrt prouzrokovati.

KOLERA.

Kao što kuga, tako je i azijatska kolera (krateli) porieklom iz iztoka, odkud je u Evropu donešena. Medicinska znanost veliku je zaslugu time stekla, što je neumornim nastojanjem i iztraživanjem došla do toga znanja, da kolera nije nikako opasna za onoga, tko sa čovjekom obći, kojega kolera mori. Opasne su samo izmetine takvoga bolestnika, jer se u njima nalaze klice, od kojih će se kolera razviti. Te klice, gljivice, trusovi, nazivamo bacili, a radi svojega osebujnoga oblika imaju još i posebno ime **komabacili** (vidi sl. 42.). Ovakovi bacili nalaze se u izmetinama od kolere bolujućih i u sluznici u crievu od kolere umrlih.

Dr. Koch, koji se je mnogo s tim bavio, da iznadje, što je uzrok koleri, pronašao je, da zaraza kolere u naše tielo dospije tek jelom i pićem.

Kolera je tim opasnija, čim je tlo zarazi prijatnije; zato u vrieme kolere manje stradaju oni gradovi, koji se mogu dičiti dobrom kanalizacijom. Već su se više puta ljudi o tom osvjedočili, da je u gradovima s dobrom kanalizacijom za vrieme epidemije kolere manje svieta pomrlo, nego u mjestima, gdje nikakve kanalizacije nema ili gdje je sasvim loša i tlo dobra podloga za koma-bacile.

Kolera može se samo ondje razviti i širiti, gdje tlo, zemlja, zarazu u se lahko prima i gdje se ista lahko dalje razvijati može. Za dokaz navedenog mogu nam služiti njekoja mjesta, koja se nikako od kolere zaraziti ne mogu, prem su se u njima nastanili od kolere bolujući i prem se tamo njihovo rublje pere i izmetine od njih čiste. Takova mjesta kažemo, da su za koleru imuna. Obćenito se drži, da se kolera slabo širi u mjestima na tvrdom kamenu, kojega ne mogu probiti ni voda, ni organski odpadci ili opet mjesta, koja su na suhom i pjeskovitom tlu. Naplavljeno tlo, predjeli, gdje kuće ili ulice nizko leže, te su vlažne, gdje su nagomilani organski odpadci, veoma su povoljni za širenje kolere.

Zametak kolere dospije u naše tielo jelom i pićem; ako su n. pr. naše ruke ili posude, iz kojih jedemo, nečiste, to se njih drži kolera-bacil.



Sl. 42. — Koma-bacili.

Ovaj združit će se s jelom i pićem, te će s njim u naš želudac dospjeti, pa ako ga ima u vodi, isto će tako u želudac doći, makar da je posuda najčišća.

Kolera ne pazi na razliku čovjeka i čovječje dobe; ona kosi mlado i staro, mužko i žensko. Ali se ipak mora u hvalu koleri kazati, da više štedi i čuva one, koji imaju zdrav želudac i kojima je u obće sve, što se u trbušnoj utlini nalazi, zdravo i krepko. Zato treba da nam je prva briga, da nam budu ovi ustroji uviek zdravi, a za vrieme kolere da nastojimo, da nam je probava i želudac u redu. Svaki nemar u tom pogledu ljuto bi se osvetiti mogao.

Zaraza kolere ne izdaje se u svakog u stanovito vrieme. Kod njekoga prodje od zaraze 1, 2 do 3 dana, kod njekog i 10 do 14 dana, dok se kolera pojavi.

Ako smo rada, da koleru i njezine posliedice pravo ocienimo, to će se ona pokazati u trim slikama.

Prva slika, **najlakša kolera** je ona, kad bolestnik samo vodničav proljev dobije, nikakove boli uz to ne osjeća pa i brzo za tim ozdravi.

I ovakav pojav mora se u koleru uvrstiti, jer u takovim izmetinama nalazi zametak kolere, te se od tih izmetina mogu zaraziti mjesta, koja su dosad sasvim zdrava bila. Mora se ovo još i zato u koleru pisati, jer se iz ove vrsti zna razviti i najopasniji stepen kolere.

Druga, već opasnija slika kolere je tako zvana **kolerina**. Vodničavom proljevu pridružuje se i silno bljuvanje. Sad već i izmetine izgledaju kao kod prave kolere. Stolica nije više žućkasta i ne smrdi,

ona je blieda i naliči sirutki ili vodi, u kojoj si razmutio brašno ili je nalik pirinčavoj vodi.

Takova stolica glavno je obilježje pravoj koleri.

Kad bolestnik često i mnogo na polje ide, gubi mnogo vlage, koja mu je u tielu, zato takove bolestnike već kod slabe kolere i kolerine velika žedja mori.

Kod kolerine stežu se bolno razne mišice, osobito će grčevi trgati listove; ovaj pojav je drugo obilježje kolere.

Od kolerine može bolestnik i ozdraviti, ali se vrlo sporo oporavlja. Riedko kada kolerina na bolje okrene; obično se od nje razvija treća, najopasnija slika kolere.

Treći stepen, **prava kolera**, pojavit će se od najslabije vrsti kolere ili kolerine. Njekoliko dana iza toga, kako je bolestnik ovako bolestan, a može već i poslie nekoliko sati iza prvoga proljeva takav silan proljev dobiti, da će mu se činiti, da mu baš ništa više nije ostalo u crievu. Čudit će se, koliko toga u posudi ima, u koju je zarad sebe izašao. Slabo tko sluti, kakova mu opasnost prieti, pa zato i ne mari, da odmah liečničku pomoć potraži. Kako da mu i dodje zlo na pamet, kad ga nigdje ništa ne boli?

Za malo iza prvoga sliedi drugi, iza drugoga treći proljev i tako sve jedan za drugim. Već kod drugoga ili trećega proljeva mnogi bolestnici osjećaju, da su jako oslabili, pa gdjekoji će se i onesviestiti. Mnogo puta već kod prvih stolica pojavlja se stezanje mišica i grčevi u listovima; žedja biva sve nesnosnija; a ničim se ugasiti ne da.

Što bolestnik više pije, to mu se brže smuči, pa k tomu se i bljuvanje pridruži. Sile mu sve više smalakšu, glas postaje sitan, hrapav, jedva ga čuješ **(kolera-glas)**. Blieda koža se suši, navora se, a prsti, nokti i ustne pomodre. Nehotice ide zarad sebe za veliku nuždu — mokriti sasvim prestaje, — mišice se sve više stežu, grčevi sve jači bivaju i češće dolaze, žedja ga nemilo mori; k tomu ga i strah jako hvata ili postaje za sve nehajan, a pri svem tom ostaje pri podpunoj sviesti. Medjuto se je lice bolestnikovo tako promienilo, da se upravo prestrašiti moraš, kad ga pogledaš. Oči su utonile u očne šupljine, nos se zašiljio, obrazi su sasvim propali **(kolera-lice)**. Ustne, ruke i noge modre se, kadkad cielo tielo izgleda pepeljavo ili modro.

Kod mnogih bolestnika već se za prvih časova bilo slabo osjeća; kolanje krvi sve je više neredovito i nepodpuno, krv sve manje do površine kože dopire, zato ova i ohladi, osobito kad popipaš ona mjesta, koja nisu pokrita, čini ti se, da si se mrtvaca taknuo.

Riedko kad bolestnici kažu, da ih glava boli; obično se tuže, da im je na očima pocrnilo, da im u ušima zuji i da ih nesviestica hvata.

Mišice su sasvim popustile. Kadkad ni silna para ne može ih podražiti, da kihaju ili da se nakašlju; bolestnici ne trepaju s očima, ako im čime pred očima mašeš i ne stresu se, kad ih vodom škropiš. Ovakovo stanje traje kako kad, 6—12—24 sata.

Kadkad iznenada prestaje proljev, rodjaci raduju se tomu pojavu, jer se nadaju, da će bolestnik ozdraviti, ali to je samo varka; u istinu nastupila je kljenut u crievnom prohodu. Bolestnici bez ikakove smrtne muke umru, te niti jedanput ne grcaju.

U manje opasnim slučajevima od jednoga proljeva do drugoga vrieme se sve više odulji; bilo se opet počima osjećati, koža se sve manje modri, lice počima svoj naravski oblik dobivati, stolica opet požuti i zaudara. Bolestnik počima i vodu puštati, te se malo po malo oporavlja.

Drugi put istina bolestnik preboli rečenu bolju, ali ozdravljenje ne ide tako lahko, kao što smo ga sada opisali. Bolest prelazi u takovo stanje, kao što je kod onih, koji od pošaline pate. Bolestnik postaje za sve ravnodušan, izgubi sviest, bunca iz tiha, tjelesna toplina raste, jezik se suši, k tomu ide mnogo blata od njega i jako zaudara. Uzrok tomu pojavu obično je bolest crievne sluznice, koja se duboko u crievo ugniezdila. Većina ovakovih bolestnika izgubljena je.

Uz koleru pojave se obično upala pluća, upala porebrice i t. d. i u tom slučaju bolest je slična težkoj bolesti pošaline, zato punim pravom nazivamo ove, od kolere proizašle bolesti **kolera-tifoid**.

Svi pojavi težke kolere, kao što i kolera-tifoida proizlaze od tuda, što čestim i obilnim proljevom tielo prekomjerno mnogo vlage gubi. Osobito krv, jer je židka, mnogo vode gubi, zato se i sgusne, pa se s toga obticanje krvi zaustavlja i sporije biva. Ovako sgusnuta krv pohlepno upija vlagu, koja se u vezivu nalazi; ovo se uslied gubitka vlage stisne i u obsegu manje biva. Eto zato od kolere bolujućim lice izgleda navorano i upalo kao u starca.

Što ne mogu takovi bolestnici mokriti, što im se bilo jedva osjeća, što su gotovo bez sviesti, uzrok je krv, jer pritok krvi k tim ustrojima sasvim je slab i nedostatan. I modrina, koju opažamo na takovim bolestnicima, dolazi od krvi; jer ova pravo obticati ne može, te uslied toga u nju sve manje kisika dolazi.

Ovakav težki slučaj kolere naziva se **asphyktični** ili **zadušni slučaj**, jer kad se tko zaduši i to dolazi odtuda, što u krvi nema dosta kisika.

Pošto kolera, čim se pojavi, velikom brzinom svoje žrtve traži, te vrieme ne dopušta, da se lieči kao druge bolesti, to nam je jasno, da moramo misliti, kako ćemo ovoj bolesti predusresti, pošto nam je težko liečiti ju, kad je već buknula.

Predjeli, u koje se kolera još nije dovukla, moraju se od zaraze čuvati, a očuvat će se, ako u nikakov doticaj ne dolaze s ljudima iz zaraženih mjesta. U mjestima, gdje je kolera, ne treba nikada ići zarad sebe na zahod, u koji se bacaju izmetine od kolere bolujućih. U takove zahode treba da se sipa zelena galica, jer od nje će se zametci kolere udušiti. Čuli smo, da i prividno zdravi već u sebi mogu nositi zametak kolere; zato treba da se i svi drugi zahodi u to doba razkuže. Najbolje razkužilo za zahode je klorovo vapno.

Najbolje je, ako je moguće, da se izselimo iz takove kuće, u kojoj ima kolere.

Za vrieme epidemije ne treba ići ni u svoj, ni u tudji zahod zarad sebe. Najbolje je da se služimo kakovom posudom (nuždnikom).

Uviek, a osobito za vrieme kolere, treba da pazimo na ono, što jedemo; da ne pokvarimo i ne pretovarimo želudac; da nam je probava u redu i da se ne prehladimo.

Nadalje treba da pazimo na svaku promjenu, koju u sebi ili na sebi oćutimo. Čim opazimo, da su nam izmetine vodničave, da nam nješto po trbuhu kruli, treba da u krevet legnemo i liečnika dozovemo. Medjutim dok liečnik ne dodje neka bolestnik pije nekoliko findžana jake crne kave, u koju će se malko konjaka uliti.

Od kolere koga liečiti pripada izključivo samo liečniku. Čim vidi, da tko sbilja od kolere strada, odredit će mu prema potrebi driemkove kapi, da guta komadiće leda, da pije šampanjca ili će mu svjetovati, da meće hladne obloge.

Za vrieme kolere obično iskusni liečnici drže vieće, kojih se liekova i zdravstvenih pravila treba držati. Takove naputke i opomene izdaju poglavarstva, te je svakomu pojedincu sveta dužnost, da drži i vrši naputak, koji se izdaje.

KOLERA DJETINJA.

Djetinja kolera (Brechdurchfall der Kinder, Cholera infantum) zove se bolest, koja ima veliku sličnost sa azijatskom kolerom, štono se u odraslih epidemički pojavljuje. Od djetinje kolere stradaju djeca samo prve i druge godine života, a dolazi od bolesti u želudcu i u crievima. Ovoj bolesti možemo kazati, da je posliedica socijalnih neprilika, jer ona se zaleže ondje, gdje se djeci naravska hrana, majčino mlieko, sasvim uzkraćuje i ondje, gdje se diete na nerazborit način odbilo.

Naša moda, koja u mnogo čem sasvim krive i da ne kažem lude nazore ima, mnogo je dopriniela tomu, da bezbroj majka ovu najplemenitiju, za zdravlje i život ljudskoga poroda toli važnu hranu, čedu svojemu uzkraćuje.

Čudno li bi mnoga majka liečnika pogledala, kad bi joj u lice kazao, da ona svoje diete ne ljubi, a uprav bi ga ludjakom, da i svojim dušmanom nazvala, kad bi joj kazao, da su mnoge majke toli silnom pomoru djece krive, jer same ne doje. Pa ipak je tako.

Liepu i plemenitu zadaću u tom pogledu imaju naše primalje; one mogu svojom, u mnogo obitelji uvaženom rieči na liep način mladu majku nagovoriti, da podje naravskim i jedino valjanim putem, da si diete sama doji, kako će joj i živiti i zdravo se odhraniti.

Bio koji mu drago uzrok, rad šta se djetetu naravska hrana uzkraćuje, svakako će biti diete, koje će pri tom najviše stradati.

Istina, ima slučajeva kad i hranjeno diete uz valjanu njegu sretnu prvu i drugu godinu života svoga proživiti može, nu da se to baš često ne dogadja, dokaz su nam mnogi smrtni slučajevi kod umjetnim načinom odhranjene djece.

Prvih dana, možebit i prvih nedjelja diete prekrasno uspieva, ono je puno i gojno, akoprem obrazi ne cvatu kao u djece, što ih majka sama doji. Nu i u to vrieme, kad misliš, da je podpuno zdravo, ima časova, kad se uznemiri, nožice k tielu privlači i žalostno cvili; pri tomu je ili zapečeno ili ima proljev, te ono, što od njeg ide, zeleno je i ima u njem bielih kao sasječenih komadića.

U mnogim kućama, gdje više do primaljske i drugih baba pomoći drže, nego li do liečničkog savjeta, otvori se tim osobama veliko polje, u kom svoju vještinu i znanje opitati mogu. Tuj se bajanjem lieči, sad ove, sad one vrsti uvaraka i obaraka daje, za promjenu uštrca se klištir od titrice ili se meću čepovi od sapuna, a uz to sve se djetetu daje hrana kao i dosada. A kad diete na sreću svoju nikakovu hranu ne će da kuša te mu se probava popravi i ono ozdravi, onda se tad primalji ili kojoj babi na rovaš piše.

No u mnogo slučajeva nisu ove vrsti liečnici baš takove sreće. Pošto diete dan dva nije zarad sebe izašlo, klištira ga primalja ili sama majka; sad nastupi proljev, kojemu se često i prečesto bljuvanje pridruži. Diete, koje je još prije dan dva zdravo izgledalo, sad je sasvim propalo; salo kan da si s njega skinuo, koža biva sva klapava, osobito s nutarnje strane bedara, te se je u same nabore nabrala; kad ga popipaš, hladno je, a koža mu se izmedju zadnjice u pregibu pa sve do koljena ojeda od onoga riedkoga, riži sličnoga proljeva.

Lice je kao u stare žene, oči su mu upale, nos se zašiljio te je hladan, kao led. K tomu se pojavljuje i bolest u mozgu; diete krivo gleda, spopadne ga dubok san i trzanje, pa za 24—36 sati može da prestane živiti.

Ako djetetu na bolje okrene, proljev biva sve slabiji i redji, bljuvanje sasvim prestane, koža biva opet toplija, a mirni san, koji će ga okriepiti, traje po njekoliko sati. Za njekoliko dana se diete, koje je već bilo na rubu groba, tako popravi, da ga jedva poznati možeš, da je to ono isto diete.

Svaki put ozdravljenje ne biva tako brzo i lahko. Akutni katar crieva i želudca izmetne se u kronični; dugo vremena ne može se diete popraviti, poganac i čirovi na njega jako napadnu, pa i sad može da umre od velike slabosti.

Već smo spomenuli, da je uzrok ovoj bolesti **hrana**. Djetinji želudac ne može probaviti hranu, koja mu se u zamjenu majčinog mlieka daje, a takova hrana je nosioc njekih tvari, koji na želudačnu sluznicu, na želudac i crieva škodljivo utiču.

Opažamo, da se ova bolest vrlo često ljeti za velike vrućine pojavljuje i da onda osobito opasna biva. Čim kiša padne ili vjetrovi zrak pročiste, onda i slučajevi ove bolesti redji bivaju i opasnost je tad manja; mora dakle da su u zraku klice (gljivice, bakterije), koje s hranom u želudac dospiju, te u njem kao i u crievima ovu bolest zamentnu.

Ove tvari, koje čine, da se od njih kolera u djece pojavi, mogu da se drže posuda, u kojima se mlieko spravlja, može da ih ima u samom mlieku, na onom dielu flaše sisaljke, što se djetetu u usta meće, pa onda putuju u želudac, kad se diete hrani i razvijaju ondje svoje djelovanje na zator zdravlja.

Ako diete majka ili dojkinja svojom grudi hrani, onda upravo nije moguće, da one škodljive tvari iz zraka u djetinji želudac dospiju.

Ove klice, gljivice, koje su uzrok djetinjoj koleri, našli su točnom pregledbom u mlieku, koje je stajalo na otvorenom zraku nepokrito i u onom, što je diete izbljuvalo.

Da su ove gljivice temelj djetinjoj koleri, dokazano je time, što se ta bolest epidemički pojavljuje.

Kadkad je zrak prepun takovih zaraznih klica, one dospiju lahko u nepokrito mlieko i u drugu dječju hranu, s kojom se hrane, te tako će stradati sva ona dieca, koja se ovako hrane.

Što ove bolesti nema tako često i tako silno, kad vjetrovi i kiša zrak pročiste, moramo pripisati tomu, jer se te klice rečenim elementarnim pojavama većim dielom unište, slabije se razviju i razplode. Isto tako se ne trebamo čuditi, što su djeca na selu ljeti, gdje je zrak razmjerno čišći, manje podvržena toj bolesti, nego u gradu.

Eto razloga. U gradu živi mnogo svieta; sparina, izhlapljivanje od mnogo ljudi u tiesnim prostorijama živućih, zahodi, tvornice, radio-

nice, sve to doprinaša, da se u zraku nakupe takove sastojine, u kojima ove klice obilnu hranu za svoj obstanak nadju, pa se uz ovakove povoljne okolnosti i prekomjerno razplode.

Kazali smo, da djetinju koleru djeca samo 1. i 2. godine života dobiju; s tim nije rečeno, da ju ne može i trogodišnje diete dobiti, dapače i odrasliji ju mogu uz ista obilježja dobiti, ali onda već nije tako opasna.

Kako je ta bolest odmah s početka opasna i strašna, tako se lahko i brzo izliečiti može, ako maloga bolestnika odmah liečniku povjeriš; on zna vrlo dobro sredstvo, da predusretne toj bolesti, i ako je već nastala, da ju što prije izlieči i to tako vješto, da će se diete za njekoliko dana oporaviti i sasvim ozdraviti; te možeš siguran biti, da ti diete ne će po drugi put toj bolesti podleći.

Ovaj spasiteljni i blagotvorni liek naziva se **majčina** ili **dojkinje grud**.

Najveća potežkoća biti će u tom, kad se dojkinja uzme, da ju diete neće sisati; nu umnim postupkom i to se za njekoliko dana popravi, diete počima sisati, pa time je već na putu ozdravljenja.

Ako je diete tako jako oslabilo, da mu je težko sisati ili mu je upravo nemoguće, onda treba mlieko flašom sisaljkom iz prsa izvlačiti, pa s njime diete s kašičicom hraniti.

Vrlo težko je, ako se ne može dojkinja dobiti, jer ako i promieniš djetetu hranu, to ipak nisi siguran, da ova nova hrana neće djetetu škoditi, kao i ona, od koje je koleru dobilo.

Čim diete koleru dobije, ne smije mu se već ona hrana dalje davati.

Prvo vrieme daj mu sluzi od ječma, zobi ili riže, kakao u vodi kuhan, a piti mu daj sodu, salepa (1 žličicu salepa na pol litre vode). Ako sve više oslabi, daj mu svaki sat 1 žličicu šampanjca ili kakovo drugo dobro vino, jaku crnu kavu, kojoj možeš i nješto ruma priliti.

Od velike su hasne kadkad tople kupelji, u koje se nješto malo gorušičnog brašna sipa.

Hasnu od nutarnjih liekova nemoj izčekivati, nu ne treba misliti, da želim time kazati, da ih u svakom slučaju odbaciš. Nijednoj ljubećoj majci ne će na pamet doći, ako liek i ne hasni, da će zato i liečnika odnemariti.

U nijednoj bolesti ne može liečnikov savjet tako brzo i sigurno pomoći, kao kad se kod djetinje kolere za vrieme pozove; nasuprot, ako oklievaš od danas do sutra, može prekasno biti, a tad ne može ni on pomoći.

Još mi je spomenuti, da su sasvim krivoga mnienja one majke, koje misle, da se proljev u djece ne smije zaustaviti, jer on tobož od zubića potiče, pa zato samo može hasniti, a nikako škoditi. Ovaj krivi nazor uzrok je, da mnogo diete životom plati, jer mnoge majke propuste, da diete liečniku za rana povjere, već ga zovu možebit tek onda, kad je, štono rieč, smrt na jeziku.

KOLIKA.

Kad tko ima grčeve u crievima, kažemo, da ga je napala kolika ili griža. Što je rečeno o grču u želudcu, odnosi se i na grižu, samo što se kod griže bol širi od pupka. I kod griže savija se bolestnik od ljute boli. Potrbušina napeta je; kad trbuh pritisneš, ne osjećaš nikakove boli. Lice je bliedo, izmučeno od ljute boli; nastup dodje periodično te traje po njekoliko minuta, dapače i po čitave sate zna griža držati; nu medju ovima nastupima ima i časaka, kad bolestnik nikakove boli ne osjeća. Liečenje je isto, kao i kod grčeva u želudcu.

KOMOLJIKA.

Komoljika (Beifuss, Artemisia) spada medju gorke liekove. Korjen ove biljke mnogo se je proti padavici preporučivao i upotrebljavao. Uzimali su 3—5 grama praha od korjena ove biljke u ugrijanom slabom pivu. Poslie uzimanja ovoga lieka morao je bolestnik u postelju leći, dobro se pokriti i onda toplo pivo piti, da ga znoj probije. Kažu, da je ovakav postupak najbolje djelovao, kad bi bolestnik tako se liečio na ½—1 dan prije nego ga je padavica napala. Po točnim iztraživanjima i opitima dokazano je, da ovaj prah nikako nije liek proti padavici.

KOMORAČ.

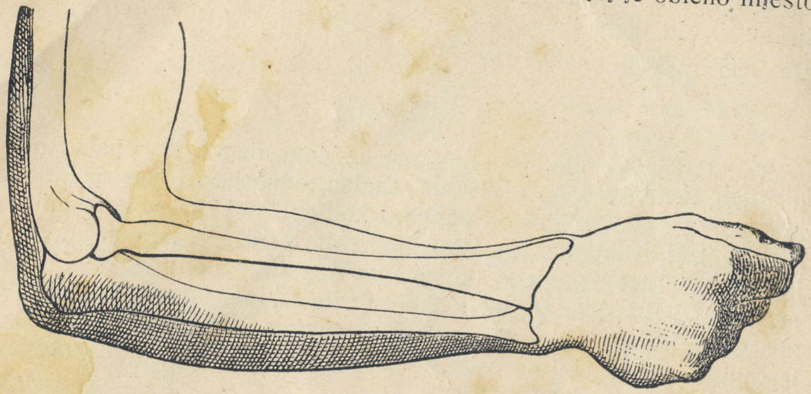
Komorač (Fenchel) upotrebljuje se za čaj, ako malo diete pati od vjetrova. Obarak od komorača može se i s mliekom davati djeci, koja se iz ruke hrane, da mlieko lakše probavljaju.

KOSTI IZČAŠENE.

Nasilnim gibanjem izadje sglobni prikrajak kosti iz sglobnoga spoja s drugom kosti. Ovakovo nasilno gibanje, pri kojem se kost izčaši, može nastati od udarca, pada, zasukanja itd.

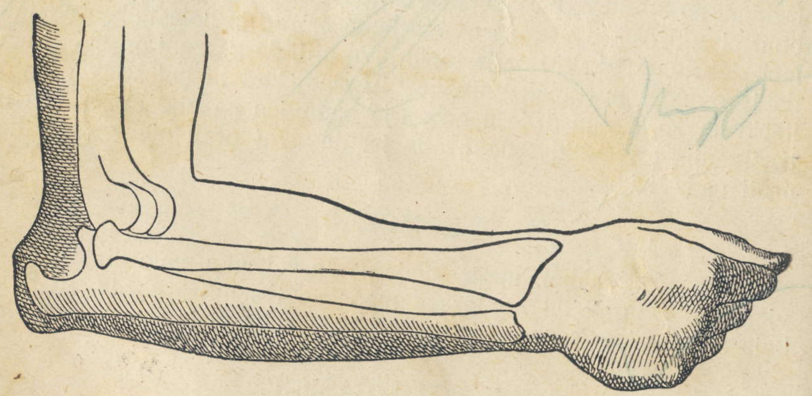
Najsigurniji znak da se je kost izčašila, jest, što čovjek ozledjenim sglobom ne može maknuti. Drugi znak je osobiti oblik sglobnog prikrajka. Na onom mjestu, gdje je kost izčašena, mekane su čestice natečene, što kod zdravog sgloba ne biva, dočim se ondje, gdje je obično sglob smješten, vidi kao rupica, što u normalnim prilikama nema.

Izčašena kost kadkad izgleda dulja, a kadkad kraća; to se tako čini po tom, kako kost više ili niže leži, nego što joj je obično miesto.



Sl. 43. — Normalni sglob u laktu.

Najobičnije izčaši se kost u ramenu, u kuku, u kosti ključici, u laktu i u stopalu. Mnogo redje na ruci, na prstima, u doljnoj čeljusti ili u koljenu.



Sl. 44. — Izčašeni sglob u laktu.

Izčašenu kost treba bezodvlačno dati, da ju vieštačka *ruka* umjesti

KOSTI UGANUTE.

Kost će se uganuti (verstauchen), kada se nasilnim gibanjem u kojem sglobu prekomjerno raztegne, dapače i razderu gdjekoje sveze (Bänder).

Sveze sgloba jako se iztegnu, razvuku, a kadkad i razderu; onda krv podsjedne u sglob i u okolo ležeća veziva.

Najprva posliedica te neprike je ljuta bol, koju ćeš osjetiti, čim ti se uzhtije, da sglobom makneš.

Ako se čuvati znaš, sveze doskora će se vratiti u svoj prvašnji položaj, te će i opredieljeni rad vršiti, kao i prije, zadrtine u svezi ozdravit će, a krv, koja se podlila, usisati će se.

Liečenje sastoji se u tom, da se bolestna čest sasvim na miru drži i da se bol utiša.

Bolestna čest biti će najbolje sačuvana, ako ju zaviješ zavojem, pri kojem se ne će moći nikuda maknuti; za to najbolji je zavoj od sadre. Prije, nego će se metnuti zavoj, treba oblagati ledene obloge, da bol umine.

Ako imaš zavoj, možeš slobodno s njime hodati. Čim je zavoj na bolestnoj česti, ne može se nikakva sveza maknuti, tim je podpuni mir osiguran, sve da i hodaš. Ovakav zavoj mora da drži 10—14 dana; a kad ga skineš, te još ne možeš sglobom pravo maknuti ili ako još boli osjećaš, mora se zavoj po drugi put metnuti, te ga treba još 2—3 nedjelje nositi. Ako zanemariš, da se na ovakav način liečiš, može se bolestni t. j. uganuti sglob i užgati.

KOTURANJE.

Kao što svako kretanje tiela i u obće tjelovježba, blagotvorno utiče na obticanje krvi i izmjenu sokova ili tvari, tako je i sa koturanjem (vožnjom na koturu, dvokolici, Bicycle-u). Ljudi, koji imaju sporu probavu, te koji se malo u slobodnom zraku gibaju, za one je koturanje hasnovito; naprotiv oni, kojima boluju ustroji disanja ili ustroji, koji glavnu ulogu kod obticanja krvi imaju, neka se čuvaju koturanja, radi te zabave zlo bi mogli proći.

Koliko je probitačna vožnja na koturu, ako se umjereno čini, toliko je od neizmjerne štete po cieli organizam, ako se pretjerava, kao što to biva kod utrkivanja ili kod vožnje za okladu na dalek put.

Kod nijedne vrsti tjelovježbe ne moraju pluća, sve mišice tiela, a osobito srce tako silno raditi, kao kod koturanja. Ali i živci trpe, jer koturaš mora pri vožnji sva svoja ćutila naprezati, da mu se kakova neprilika ne dogodi.

Pošto je sjedalo na koturu maleno, nesgodno, neprirodno, to će sva krv navaliti prema ustrojima u zdjelištu i zato nije koturanje za ženske, jer s vremenom oboljet će im spolni organi.

I za djecu nije, jer je dječji kostur još mekan, a i organizam dječji ne može da svlada onakav napor cieloga mišičja i živčevlja. Mladići i djevojke prije najmanje 18 godina ne bi smjeli koturati.

Ako se dakle šport koturanja neumjereno tjera, onda to cielomu organizmu škodi. Pogledajte samo koturaša, kada se uztrajno vozi. Glava, mjesto da gore gleda, prignuta je, oko ne gleda ravno preda se, nego u zemlju, ramena su podignuta, tako da je glava niža, medju ramenima. Čovjek, koji hoda, gleda gore i napried, vidi okolicu, a time se potiče na razna razmatranja, — koturaš ne vidi ništa drugo, do li onaj komad zemlje, što je baš pred koturom. Koturaš projuri najdivnije predjele, a da ih nije ni vidio, ni uživao. Ovo monotono



Sl. 45. — Vjerna slika po naravi koturaša koji se dvie godine na koturu vozio. Ledja su nenaravski sgurita, kost i grudnica je utisnuta, a trbuh počima se izbočiti.

zurenje u zemlju mora napokon **otupiti njegova ćutila**; on mora i nehotice, kad sjedi na koturu, odučí se misliti. Kad ga pogledaš, kad juri, opazit ćeš, da sjedi na koturu zaboravljajući na sve, a izraz lica mu pokazuje nješto stupidnoga.

Ovim zaboravljenjem na sve, osim na kotur, odmara se doduše duh, ali ako to dugo i odviše dugo traje, onda se duh otupi, ne potiče se na ništa više; zato mladim ljudima, kojima je duh poletan, uzbudjen, zanosan, nikako ne bih preporučio ovu vrst športa.

Ali i **tielu** je koturanje škodljivo, ako se prekomjerno čini. Glava

neprirodno je prignuta dolje, ramena su podignuta; kroz to se prsni koš pomakne, hrbtenica, osobito vratna i prsna, skrivljuje se; mišice hrbta oslabe i to tako, da mu je težko ravno se uzpraviti; mišice izgubile su svoju pruživost.



Sl. 46. — Slika istoga koturaša poslie mnogogodišnjega koturanja. Ledja su stalno gurava, dosta velika, prsa su pljosnata, trbuh izbočen, a mišice su suhe, atrofične.

Kod vojnika, koji mnogo uzpravno maršira, povećala se snaga povećanim radom svih mišica kod hodanja; kod koturaša je protivno. Mišičje gornjega tiela ne djeluje gotovo ništa, a mišičje dolnjega tiela kod današnjih krasno konstruiranih i lahko se gibajućih kotura vrlo malo se napinje, a kroz to će mišice degenerirati t. j. izopačiti i sasvim oslabiti, da jedva mogu nositi tielo.

Koturaš će pognutom glavom udisati ne svjež, nego prašinom napunjen zrak; sav je zaprašen poslie kratkoga koturanja; ne poznajem s toga boljega sredstva za promicanje i širenje tuberkuloze pluća. Pognutim držanjem stiskuje se i želudac, kroz to nastaju katari, grčevi i oslabljenje želudca.

Pa onda ono užasno sjedalo! Ima li što nenaravnijega? A to je uzrok, da koturašima s vremenom gotovo svim obole spolni organi, a osobito ženskima, koje kasnije pate od najrazličitijih bolesti spolovila.

KOŽA.

Naše tielo pokrito je odasvuda kožom. Pod prvim slojem, koji je na površini, leži drugi, a taj ima čvrsto, debelo, krvlju napunjeno ve-

živo; s ovim izpremiešale su se kose sa svojim vlasnim mješićima i nebrojene žliezdice sa svojim stazicama, koje vode prama izlazu t. j. na površinu kože.

Ovaj sloj kože najtanji je na očnim zaklopcima, a najdeblji na tabanima i poplatu.



Sl. 47. — Prosjek kroz kožu pazuha, 100 puta povećan. a) usma (Lederhaut); — b) c) sluzav sloj pousme (Oberhaut); — d) rožni sloj pousme; — d') umjetna pukotina medju obim slojevima pousme; — e) žiljna bradavka; — f) živci, koji idu do Meissnerovih tjelašca; — h) h) nagomilano salo; — l) žliezde potnice; — m) njihovi iztočnici.

KOŽA IZPUCALA.

Žliezde salovnice ili žliezde mazalice, koje su u koži usadjene, tvore kožnu maz ili salo, koja čini da je koža mehka i pruživa. Ako žliezdice sasvim malo sala tvore, ako ga nikako nema ili ako se koži

vanjskim uplivom ovo salo oduzme ili uništi, onda postaje gruba i hrapava, a njekoji put izgleda kao da je nasječena, a ovakovoj koži kažemo, da je izpucala.

Kod gdjekojih kožnih bolęsti i u starosti opažamo, da salovnice vrlo malo sala tvore, te zato u to doba koža izpuca.

A to biva radi vanjskoga upliva, naime zato, jer je koža izvržena oštromu zraku ili ruke imaju posla s lugom, kao što to biva u pralja, sapundžija, služkinja, ako se tko bavi u prostorijama, gdje se često prah uzvitla ili ako je toplina za kožu neznatna.

Da bude koža opet gladka i mekana, treba izbjeći svemu, radi čega je izpucala; treba je onda namazati uljem ili mašću, vaselinom, lanolinom, glycerinom, bademovim, kokosovim ili od uljike uljem, svinjskom ili gušćom mašću ili priesnim maslom.

Prije nego ćeš kožu namazati, treba je dobro sapunom oprati i to prije svakoga novoga mazanja, jer ako nećeš staru mast prije oprati, malu ćeš hasnu imati; osim toga ako je mast dulje na koži stajala, ona se na zraku iztroši, zaudara i kožu podražuje.

Izpucalu kožu na ruci namaži prije, nego što legneš spavati, lojem, glycerinom ili drugom mašću, te navuci rukavice i tako potraj cielu noć.

I za izpucale ustne preporučuje se mazanje finim uljem ili cold creamom; — ako su već izpucale, a ti ih operi mlakom vodom, odstrani što se od ustne ljušti i namaži ih s kojom od rečenih masti.

KOŽA NAŠEGA TIELA.

Skrb za kožu našega tiela ili pravi postupak s njom (dijetetika kože) jest trećina ciele higijene, jer je koža vrlo važna sastavina tiela.

Vanjska koža, kojom je pokrito naše tielo, ne samo da nam štiti nutarnje dielove njegove, nego mi njom i pipamo, a na njoj nam se i krv čisti.

Koža nam takodjer kaže, je li čovjek zdrav. Blieda koža na licu mnogih ljudi po gradovima kaže nam, da ovi mnogo sjede u zatvorenim sobama, da udišu premalo čista, svježa zraka, da idu riedko na polje i da premalo hodaju. Bliedo, uvehlo lice bogca odaje nam, da je gladan, a blieda mlitava lica naše mladeži kažu nam, da u školama ne valja zrak, što ga djeca udišu, da su predugo u školi i da kod kuće toliko učiti i raditi moraju, da neimaju kada misliti, kako da okriepe svoje tielo.

Koža je u čovjeka onaj organ, po kojemu je tielo s vanjskim svietom u neposrednom doticaju.

Pošto smo saznali, kakav je važan ustroj koža, treba da znamo, kako ju valja njegovati.

Da se koža očuva zdrava, treba prije svega gledati, da ništa na nju ne utiče, što bi joj naškodilo i da se uzdrži u takovom stanju, kako bi mogla vazda podpuno vršiti svoju radnju.

Već kod djeteta valja na to paziti, da koža ne bude odviše osjetljiva, razmažena. Treba da se već od rana priuči na uticaje zraka, na pranje i kupanje u hladnoj vodi. Nježna koža djeteta ničim se bolje ne njeguje i zdravom uzdrži kao kupanjem u vodi od 26—28° R. Sasvim krivo misle, da se diete lahko prehladi, ako se često kupa. Sitnu djecu valja kupati svaki dan, a veću bar jedanput na tjedan.

Da bi mogla koža lučiti i disati, nuždno je, da su rupice na njoj otvorene, a to će biti onda, ako je čista.

Koža se na površini ljušti, a čestice od nje ostaju sliepljene na njoj; uz to pada iz zraka prašina na vlažnu kožu i obloži ju kalom; **salovne i znojne žliezdice šalju na površinu kože neprestano mast i znoj. Sve ovo pokriva kao pokrivačem kožu**; a ovaj zabuši rupice na njoj; radnja joj se onda prieči, pa kako od te radnje visi naše zdravlje, to je prieka potreba, da koža svagda bude čista. Kad se zabuše rupice na njoj, postaju bubuljice i druge bolesti kože, kraste, lišaj, šuga itd.

Koža se čisti **pranjem, kupanjem i izmjenom rublja.**

Što više je koji narod napredovao u naobraženju, to više drži do čistoće. »Čistoća je«, veli Addison, »dojilja i hraniteljica naklonosti i ljubavi te najtrajnije svojstvo osobne ugodnosti. Ona je čuvarica zdravlja i po tome naravne ljepote. Čistoća se pako postizava samo marljivim pranjem i kupanjem«.

Znameniti njemački kemik Liebig cienio je obrazovanost i kulturu naroda po sapunu, koliko ga potroši, a Bock veli: »što je narod čišći to je i zdraviji«. Jedno i drugo je istina. Čistoća i zdravlje ljudi u manjim mjestima ne mjeri se po tom, koliko sapuna oni potroše, nego po tom, imadu li tekuću rieku. Pogledajmo dva sela, u kojima su kulturni uslovi jednaki, samo što kroz jedno teče rieka ili potok, a u drugom ima samo bunara, pa ćemo u prvom selu viditi po kućama, po djeci, po ljudima, po stoki, kolika je blagodat izdašna voda! Gledajući ovo, moramo reći: čim je koje mjesto bogatije vodom, tim su mu i stanovnici čišći i zdraviji.

Njegovanju kože glavna je dakle posrednica — voda; ἄςιστον μὲν ὕδωρ reče grčki pjesnik Pindar, a to će reći: nema ništa boljega od vode, — voda je pol života. Vodom može se udešavati ukupna radnja kože.

Za svaku vrst njegovanja kože najbolja je meka voda (najmekša voda je kišnica). Poznati ćemo je po tom, što se u njoj ne gruša sapun, kao u bunarskoj i izvornoj vodi, u kojoj je obično mnogo raz-

tvorena vapna. Voda iz rieke još je i u toliko sgodnija, što nije odviše hladna, — sve da je i izpod leda — te ne možemo u njoj nazebsti, kao što bi mogli u vodi iz dubokih bunara, koji su obično vrlo hladni.

Mi peremo ili umivamo kožu iz dva uzroka, da ju očistimo od kala i da nadražimo živce u njoj.

Hoćemo li vodom da očistimo sa kože osušeni perut ili da ju operemo od kala, tada je najbolje topla voda, kao što je tielo (28—30° R.). Ona raztvara sama sobom nečistoću s površine kože, ali još bolje, ako je u njoj malo raztvorena sapuna.

Zdrav čovjek, koji se čisto drži, valja bar svake nedjelje jedanput da opere cielu kožu mlakom vodom i to tako, da umoći krpu ili spužvu u vodu i njom tare kožu. Ljudi zanatlije ili poljodjelci, koji rade u prašini, mnogo će koristiti svomu zdravlju, ako to čine češće, najbolje svaki dan. Isto tako valja prati svaki dan djecu, kad podju nogom, jer se najviše pokreću po kaljavoj zemlji.

Pranje valja da i živce u koži draži. Ovo draženje veoma je potrebno za ukupnu radnju kože. Hladna voda slabo čisti kožu, ali draži živce sve to jače, što je hladnija; topla ju čisti dobro, ali slabo draži živce. Da se koža drži svježa, a život čil, treba da bude i jedno i drugo, i za to je najbolje za one, koji se ne peru dnevno, oprati kožu mlakom, a izpirati ju hladnom vodom. Nije nikako probitačno prati se veoma toplom vodom, jer ova jako slabi i labavi živce, a time prieči radnju kože.

Ljudi, koji su navikli, da svaki dan još od djetinjstva peru svoju kožu, manje će ozebsti i manje osjećaju studen zraka, nego oni, koji drže vazda tielo toplo i koji često ne izlažu kožu svježemu zraku. Oni prvi sačuvani su od kijavice, kašlja, gušobolje i drugih većih bolesti, koje nastaju iza prehlade, kao upala pluća, sglobova i mišica.

Hladna voda oživljuje sve ustroje u tielu i s toga je ljekovita. Jutro je najsgodnije vrieme za pranje kože, pošto se ona malo porazhladi, — a dosta je obično prati ju jedanput na dan.

Ne čini ništa, ako se kupaš u hladnoj vodi, kad ti je tielo toplo ili znojavo, samo ne smiješ duže od njekoliko časova ostati u vodi.

Koža se njeguje osobito kupanjem čitavoga tiela, zimi u kadama, ljeti u rieci.

Ako su koža i živci podražljivi ili ako je čovjek naporno duševno ili tjelesno radio, ne valja se prije podne kupati, nego pod večer.

Imamo hladnih, toplih i mlakih kupelji.

Hladna kupelj oživljuje živčevlje, kriepi ga za vanjske uticaje, osobito ako ju češće upotriebimo. Upotrebi li se odviše dugo u jedan put, onda ga slabi i ubija.

Topla kupelj blaži i umiruje živčani sustav odmah s početka. Traje li poduže, onda koža i živci postanu osjetljiviji, raznieše se.

Prema tomu može se lahko odmjeriti, kako se valja kupati. Kupamo li se dakle radi čistoće i poradi toga, da skinemo nečistoću s kože, onda nam valja mlaka ili topla kupelj. Hoćemo li, da se razhladimo ili da ojačamo kožu i živčani sustav, onda tražimo hladnu kupelj. Hoćemo li i jedno i drugo, onda je najbolje izprati se svaki dan po cielom tielu običnom vodom.

Kupati se možemo i u toplom zraku; ovo mnogo koristi zdravlju, jer tada koža snažno udiše zrak i čisti krv. Ovo je najbolje, ako je zrak ugrijan suncem, jer i svjetlost mnogo popravlja našu krv. Suh zrak vuče vlagu iz našega tiela, kao spužva kad je suha, što upija vlagu. On je dakle najbolje sredstvo za izparivanje kože, a kako u zraku gola koža mnogo udiše, to su zračne kupelji još od svih najbolje, kad je tielo slabo; zdravlju koriste u svako vrieme i s toga se valja naviknuti, da prije kupanja u vodi stoji golo tielo nieko vrieme na zraku.

Morske kupelji dobro će doći onima, koji su omršavili, što ne mogu da jedu ili što su ma čim odviše se izmučili. Hladna, slana i nemirna morska voda uticat će probitačno na radnju kože i cieloga živčevlja, na razdieljenje krvi u tielu, na kemički tečaj u organima i t. d.

Koža se napokon čisti još i **čestom izmjenom rublja**. Ovo je bielo i mi opažamo svaku mrljotinu na njem; ono će nam kazati najbolje, koliko je čista naša koža. Kad često mienjamo rublje, bit će koža čišća za to, što rublje usiše i oljušti nečist s nje, za to se i omasti na onim dielovima, gdje se više češe. Najbolje je krupno platno za rublje.

Čovjek, koji svaki dan mienja rublje i pere kožu hladnom vodom, može biti i bez kupelji i ostati zdrav do svoje starosti. Poslovica veli: »čisto je rublje pola kupelji«, a odtud je došla izreka, da je narod sve to zdraviji, što više troši sapuna, jer se mast iz rublja izpere sapunom, a to je znak, da se češće mienja rublje. Valja da se ugledamo u Engleze, jer ni jedan narod ne drži toliko do čista rublja, koliko oni, ali ni jedan se ne može uzporediti zdravljem s njima. I u našem narodu može se opaziti, da mnogo drži do čista rublja, a to mu mnogo pomaže zdravlju.

Nikakova umjetna sredstva ne treba da upotrebljavamo za poljepšavanje kože, jer ju sva kvare. U koga je zdrava koža, taj ne treba umjetne pomoći, da ju takvim uzdrži, jer ne samo da je dosta,

nego baš u tom i sastoji pravo njegovanje, da se služiš sredstvima naravnoga ljepšanja.

Ninon de Lenclos bila je u svoje doba najljepša gospodja u Francezkoj, te je još u 90. godini imala nježnu, bujnu i mladjahnu kožu. Kad je već na umoru bila, umolio ju je jedan od njezinih štovatelja, da ne ponese sobom te tajne, već da mu to sredstvo kaže. I ona ga sbilja usliša. A što je pokazala svomu štovatelju? Ništa drugo, nego — pehar hladne vode i komad flanela.

Još ću u kratko da govorim o onim sredstvima, kojima se može postići, da je koža mekša i nježnija, ako je hrapava ili inače bolestna.

Alkalični (lužni) sapun, kao što je naš domaći i uljevne tvari (cold cream) najbolje razmekšaju kožu.

Ima puno kojekakvih vodica, kojima se tobož koža liepom uzdržaje, konservira, nu mal ne u svima ima otrovnih tvari, koje koži mogu nahuditi. Najbolja je od svih benzojeva vodica, koju svatko može sam načiniti, ako uzme njekoliko kapi benzojeve tinkture, te ju sipa u vodu, kojom se lice pere. U tu vodicu namočenim ručnikom ili spužvom nakvasi lice i onda se tekućina na licu osuši.

Od nečiste kože na licu uslied lećica (Sommersprossen), bobuljica (Mittesser) itd. ima bezbroj tajnih liekova, kojima su nadjeli liepa imena kao Lilionaise, Lait antéphelique, Adalin itd. a sve su ove vodice i masti »vabinovce«, jer prema tomu, od čega su sastavljene, neizmjerno su skupe, a ne hasne ništa, dapače još i škode. Najbolje se očisti koža na licu od ovih osipa, ako se po savjetu dra. Ellingera finim, u tu svrhu priredjenim pieskom protrlja. Kako se to radi i kakav treba da bude ovaj piesak, to se naravno ima prepustiti liečniku, koji se s tim bavi. Iz svega ovoga vidi se, da je njegovanje kože jedan od glavnih uslova za dobro zdravlje i dug život.

KRAJNICI.

Krajnici (žabice, Mandeln) zovu se žliezde, koje leže s desne i s lieve strane medju prednjim i zadnjim nebčanim lukom. Kada su žliezde zdrave i u normalnom stanju, ne mogu se opaziti, pogledaš li komu u ždrielo; samo ako su otekle, podignu se nad krajevima nebčanog obluka, te se mogu vidjeti kao neravna grbava oteklina na strani ždriela.

Krajnici čine istu službu u tjelesnom organizmu kao i limfne žliezde, medju koje se one i broje.

Ako tko boluje od upale na krajnicima, pa mu poslie te bolesti krajnici ostanu veliki, onda čini, da glas dobije osobiti zvuk; oni tad otežćuju disanje, pa mogu natiskom da začepe ušnu trublju a poslie-

dica toga je, da čovjek težko čuje. Zato je onda nuždno, da se jedan ili oba krajnika operacijom uklone, t. j. da se izrežu.

KRATKOVIDNOST.

Da čovjek dobro i jasno vidi, treba da se zrake svjetla onoga predmeta, koji viditi želimo, sastanu na mrežnici oka.

Ako je osovina oka vrlo dugačka, to se ove zrake, kad iz oveće daljine dolaze, sastaju već pred mrežnicom, a ova prima tek one zrake, koje se opet razilaze, uslied toga ne može se predmet jasno viditi.

Kada je dakle oko vrlo dugačko, sastanu se zrake svjetla pred okom, te tako nastaje kratkovidnost. Ljudi, koji takove oči imaju, vide predmete vrlo dobro, samo kad ih oku sasvim blizu primaknu. Ako žele kratkovidni da predmete i iz daljine vide, moraju nositi dubčaste očale (Konkavbrillen); to su stakla, u kojima je sredina ugnuta, a krajevi su debeli. Stakla u tim očalima tako su brušena, da se zrake svjetla kroz nje daleko za mrežnicom sastaju.

Kratkovidnost je prirodjena, nu čovjek se može pokvariti, da još slabije vidi, kad se odviše trudi gledajući predmete iz blizine ili kad je svjetlo odviše slabo. Kratkovidnost nastaje i od sitnoga rada ili ako se tko nauči, da predmete sasvim blizu oku primakne n. pr. urari ili rezači sasvim finih predmeta itd.

KRETANJE.

Da čovjek zdravlje sačuva, sile da mu ne malakšu, već da se jednako kriepko uzdrže, nuždna je živahna i redovita obnova sokova, izmjena tvari (Stoffwechsel). Ova izlučuje tvari, koje nisu više za hranu organizma sposobne, a pribavlja organizmu opet toliko hraniva, da mu se brzo i dovoljno nadomjestiti mogu sile, koje su se radom iztrošile, te još ima zalihu, da se što bolje za rad opredieljeni organi razviti mogu.

Najveći upliv na izmjenu tvari ima rad mišica, koji se naziva občim imenom »kretanje«; njime se potiče kolanje krvi i uskori disanje t. j. ovo biva brže.

Najglavniji dobročinitelj izmjeni tvari je kisik; on živahnim kretanjem u velikoj mjeri disanjem dolazi u pluća, a odtuda prelazi u krv.

Kretanje u prirodi osobito je hasnovito po cieli tielesni ustroj. Na prostome zraku zaliha kisika vrlo je velika. Kretanje čini, da čovjek brže diše, a tim bržim disanjem više kisika udiše; ovaj se opet mieša sa krvlju, te se obticanjem krvi po svem tielu razilazi i tako brzo do-

pire i do onih česti tiela, u kojima nije izmjena tvari tako redovita i brza pri jednostranom kretanju bud kojega poslovanja.

Gimnastika, plivanje, jahanje, veslanje, plesanje itd. izvrstna su sredstva, da se mišice na brzo kretanje priuče. Govorimo samo o jednostavnom, krepkom hodanju, koje je za svakoga dovoljno, da se mišice na rad potiču.

Komu zvanične dužnosti nisu skopčane sa kretanjem, mora se sam za ovo pobrinuti, ako je prijatelj svoga zdravlja.

Kod sjedećeg poslovanja krv se ustoji i odviše napuni organe doljnih česti čovječjega trupa.

Kod stojećeg poslovanja otežčano je kolanje krvi od nogu prema srcu. Šetnja oštrim korakom, onako po vojnički, uz to duboko disanje, brzo će ovo nepravilno kolanje izravnati, te će ukloniti temelj raznim bolestima, kao što su šuljevi.

Uz ovo mehaničko dobročinstvo, koje nam kretanje u prostoj prirodi pruža, nudja nam se i kemično, koje je isto tako važno.

Kad se šetamo po polju, u gori ili u šumi, udišemo čist, kisikom napunjen zrak. Prva posliedica toga je, da se svi ustroji kisikom napoje, koji ih na živahniji rad potiče. Naš mozag laglje i živahnije misli, naše mišice nisu mlohave, one se junački drže, voljko slušaju, što im um činiti nalaže, osjećamo, da smo krepki i okretniji, dobro smo razpoloženi. Uz ovu povećanu djelatnost organizma osjećamo, da nam je došla ohota (volja) za jelo, — mi smo gladni.

Zdravomu nije nuždno prepisati pravila kretanja; on će i sam znati, kako će se pri tom vladati.

Ako je pri svom poslovanju dugo sjedio, težko radio ili mnogo mislio, treba da krepko hodi, rukama, poput njihalke na satu maše, tielo uzpravno drži i duboko da diše.

Ovo valja za onoga, tko je zdrav. Da kažemo koju za kretanje onomu, koji se zdravljem pohvaliti ne može. Mislimo govoriti samo za kronične bolesti t. j. takove, kojima se bolovanje dugo oteže, ali pri tom ne stradaju od groznice, niti su tako klonuli, da ne bi svoje zvanične poslove obavljati mogli, jednom riečju, koji se ne osjećaju zdravi, a ipak se u čovječjem družtvu kretati mogu. Amo spadaju kronične bolesti disala, probavila, bolesti srca, te napokon sveobće bolesti, kojima je klica u manjkavoj tvorbi zdrave krvi (Dyskrasie) n. pr. bliedobolja, malokrvnost, reumatizam itd. U svim tim bolestima od prieke je potrebe, da bolestnik udiše sasvim čist, zdrav zrak i zato se takovima najtoplije preporuča, da žive u prostoj prirodi.

Živahnije kretanje hasniti će onomu, tko boluje na organima probave; jer ovi pri kretanju nikakav posao ne obavljaju, a brže obticanje krvi, kao što i brže disanje, neposredno dobro utiču na nje.

Svako kretanje, s kojim se disanje i kolanje krvi pospješuje, ne samo da ne hasni onima, koji boluju na prsima, već im upravo škodi. U tom slučaju može bolestnik samo lagano i to po ravnici ići i treba da se češće odmara.

Ovakovima jesu slični i oni, koji su malokrvni ili pate od bliedobolje. Njima istina neće škoditi, ako malo brže idu, ali onda se skoro umore, pa od umora ni ne osjete, da su gladni; dakle njima kretanje ne potiče volju za jelo, nego im ono malo sile, što imaju, još više troši.

Od reumatizma najviše stradaju sglobovi i mišice; ovima treba za ozdravljenje mir, a kretanje bi im samo muku povećalo.

KRONIČKA HUNJAVICA.

To je kronični katar opne sluznice u nosu, pri čem sluznica oteče i gušća biva, a sluzi se više iz nosa ciedi, nego kod obične hunjavice. Kronična hunjavica dolazi i prolazi bez groznice te uz nju nema neprilika, kao kod akutnog katara; ali je zato čovjeku težko disati, jer mu je nos neprestano začepit i to ne samo da ne može zrak kroz nos strujati, jer je sluz gušća, nego nos suzuje i opna sluznica, jer je otečena. Ako takav bolestnik hoće da diše, mora uviek usta otvorena držati.

Kad opna sluznica u nosu oteče, obično oteče i opna sluznica u ždrielu i u ušnoj trublji (Eustakovoj trublji), oteknu takodjer i žabice. To sve čini, da čovjek ne samo težko diše, već takodjer i težko čuje.

Liečenje sastoji se kao i kod smrdećeg nosa u izpiranju, uz to se i pali opna sluznica s paklenim kamenom (Höllenstein) ili se ovaj u nos upuhava.

Najlakše će čovjek ozdraviti Galvanokaustikom, pri čem cieli komadići otečene opne sluznice izpadnu.

Kroničnoj hunjavici podvržene su osobe, koje su slabo hranjene, malokrvne i skrofulozne. Treba zato da se hrane tako, kako će tjelesni organizam ojačati.

KRSTOBOLJA.

Bol u krstima (Kreuzschmerzen) karakteristična je za njeke bolesti. Tako je krstobolja obični pratioc bolesti materice, onda je ima, tko strada od influence, tko boluje od bolesti bubrega i hrbtenjače. Ona je najvažnije obilježje boginja. Ako ima osutak na koži, a pri tom nema boli u krstima, pa ma bilo to u vrieme, kad je epidemija boginja, liečnik težko će se odlučiti, da kaže, da su to boginje.

I kod žute groznice krstobolja je najvažnije i najprvo obilježje ove bolesti.

Bol u krstima prati i radjajuću.

Krstobolja lieči se prema uzroku bolesti, to jest liek, koji pomaže onoj bolesti, koja je uzrok krstobolji, pomaže ujedno da i ova mine.

Kadkad se dogadja, kada što napornog radiš ili nješto težkog dižeš, da te iznenada u krstima ili kuku zaboli. I ova bol zove se krstobolja (priet, Hexenschuss), a dolazi odtuda, što se skupine ili snopići mišica iztegnu. Ako znaš miran biti, doskora će bol i sama proći.

Ako si rada, da te bol što prije prodje, a ti se kupaj u toploj vodi ili metni na mjesto, gdje bol osjećaš, Priessnitzov oblog.

U novije vrieme vrlo dobrim uspjehom lieče ovu bol sa protiranjem (Massage). Ovim načinom liečenja krstobolja brzo prodje, ali bolestnik osjeća silne boli, kad ga protiraš.

KRUPICE.

Krupice (Schwämmchen, Aphthen, Soor, Mehlhund) se često ukažu kod male djece na jeziku, na desnima, na ustnama i u ustima; to su sitne biele pjege na crvenoj i vrućoj opni sluznici. Ovih pjega, koje se zovu i **žabice, prištići,** nestaje kadkad samih po sebi. Sbog ove bolesti diete težko sisa, mnogo plače i trpi od proljeva, koji može i opasan biti.

Ponajviše postaju takove pjege, kad se diete hrani neprikladnom hranom, kao prokislim mliekom ili ukislom kašom.

Treba paziti, da je hrana uviek čista, da se svaki put, kad se diete nahranilo ili nasisalo, usta operu čistom krpicom, koja se u frižku vodu umoči.

Ako su se pjege već izasule, mora se, ako uztreba, i hrana promieniti; osim toga treba mu usta mazati boračom (boraksom), od kojega ćeš uzeti na vrh noža za četiri žlice hladne vode. Ako uza sve to pjege neće da nestaju, nego se sve dalje šire, a diete težko probavlja i propadati začima, treba liečnika zvati.

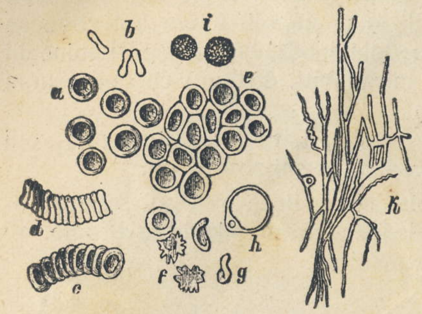
KRV.

Punim pravom možemo krv smatrati najboljim nosiocem u gospodarstvu čovječjega ustroja, jer ona za obstanak organizma nuždne sastojine odnaša do u najskrajnije krajeve, a nepotrebne ili škodljive sastojine otiskuje onamo, odakle će se lahko iz tiela izlučiti.

Krv se sastoji od bezbojne sirutke i nebrojenih sićušnih krvnih zrnaca, koja se samo sitnozorom viditi mogu. Veći dio ovih zrnaca

jesu okruglasta nalik novcu, te imaju žuto-crvenu boju; to su crvena krvna zrnca. Manji dio medju njima je kao lopta okrugao i bezbojan, biela krvna zrnca (vidi sliku 48.).

Na 350 crvenih krvnih zrnaca dolazi jedno bielo. Krvna smjesa sastoji se od organičnih i neorganičnih tvari.



Sl. 48. — Elementi čovječje krvi, 225 puta povećano, — a) normalna krvna zrnca; — b) ista sa strane; — c, d) ista jedno do drugoga kao zamotuljak novaca; — e) ista osušena prilepljena jedno uz drugo; — f, g, h) osušena, a pri tom raznoga oblika; — i) mezgovna zrnca; — k) vlakniva grušavina.

Krv se izvan tiela mahom usiri t. j. iz nje se odvoji kruta masa, krvna vlaknina i krvna sirutka (serum).

Koliko krvi ima u čovjeku?

Ako razdielimo svu čovječju težinu na 12 ili 13 dielova, to nam je po prilici 12. ili 13. dio težina krvi.

Bolest može krv izmieniti, što se tiče kakvoće i kolikoće.

Kad krvi na toliko nestaje, da to u oči pada, kažemo da je čovjek malokrvan. Ako se glede kakvoće izmieni, kažemo, da se je krv izmetnula. Amo brojimo bliedobolju, škorbut i vodničavu izmienu krvi.

Krv se može i time izmieniti, što se nieke sastojine, koje se u krvi samo u maloj množini nalaze, nepravilnim obticanjem iz tiela i krvi ne izlučuju, već se u krvi nakupe. Napokon kad u krv dospiju sasvim protivna tjelesa, koja mogu vrlo štetna, dapače smrtonosna po organizam biti. Amo spadaju gnoj, zrak, kovine, otrov itd.

KRV USTAVITI.

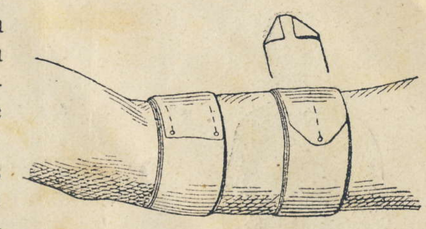
Pošto znamo, od kolike je važnosti čovjeku krv, nastojati ćemo da svaki gubitak krvi što prije zapriečimo i krvotok ustavimo.

Iznimku čini naravski gubitak krvi, naime mjesečnina i čišćenje u žene poslie poroda. Nu i ovaj naravski gubitak krvi treba da ustavimo, čim opazimo, da je prešao granice pravilnog tečenja i da slabi sile dotične osobe.

Služit ćemo se drugim načinom, da ustavimo krv, koja dolazi iz žila u čovječjem tielu, koje su našem oku nevidljive; a drugim opet, kad vidimo, odkud krv dolazi i kad mjesto, odkud krv teče, rukom doseći možemo.

Kako ćemo krv ustaviti pri nutarnjem krvotoku, kao što je bljuvanje i hrakanje krvi, kap, otok žile kucavice, krvotok iz materice, bolest bubrega i vodopustnog mjehura, kazano je pri opisu svake pojedine bolesti.

Za sada baviti ćemo se izravnim ustavljanjem krvi, za koje ćemo upotrebiti sredstva po tome, iz kakove žile krv dolazi i kakova je ozleda, što je krvotoku uzrok bila.



Sl. 49. — Jednostavni platneni povoj.

Ako krv teče uslied ozlede, što se je tko posjeko, ubo ili ga nješto ujelo, te ozleda nije duboko zašla, što se može po tom poznati, koliko krvi ima i kakovom brzinom teče, ustavit će se krv, ako ozledu zavijemo platnenim povojem (vidi sliku 49.) ili na nju metnemo čistu vatu, te ju čvrsto u guste redove omotamo.

Takovim povijanjem primaknu se ozledjeni krajevi sasvim jedan drugome, krv, koja još iztiče, ostaje na rani, usiri se, priliepi se ondje i postaje naravskim i najsgodnijim sredstvom, da se rana sasvim zatvori i sraste. Poslie njekoliko sati ili dana uklonit ćemo zavoj, rana se medjutim sasvim sljubila i poslie njekog vremena nema više ni traga ozledi.



Sl. 50. — Podvezanje, kad je nadlaktična ili podlaktična žila kucavica povriedjena.

Na mnogim mjestima ima sviet običaj, kad se tko poreže ili ubode, da prije nego što ranu zaviju, krv izsisaju. Ovo je sasvim nepotrebno; to sisanje ima samo njeku vriednost u tom slučaju, kad mislimo, da je orudje, s kojim je rana nanešena, bilo nečisto. Valjano izmivanje s octom, stipsom, kali chloricom ili karbolnom raztopinom, učinit će mnogo bolju i sigurniju uslugu.

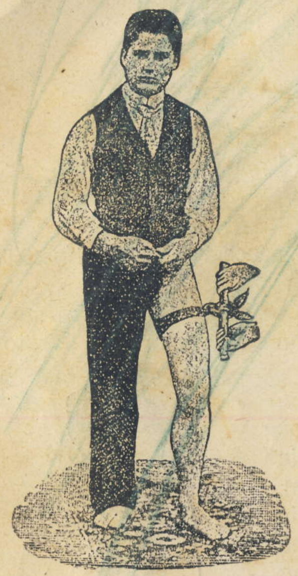
Ako nema sumnje, da je u ranu dospjelo nješto, što bi je raztrovati moglo, treba odmah liečnika pozvati; on će ju tada izpaliti.

Ako krv neće da se ustavi, akoprem smo ranu čvrsto zavili, što možemo po tom poznati, jer je vata ili povoj s krvlju natopljen ili krv iz rane šiklja, to je znak, da je koja veća žila kucavica povriedjena; treba tad bezodvlačno pozvati liečnika, koji će znati kazati, je li nuždno, da se žila podveže ili će druga sred-

stva za ustavljanje krvi upotriebiti. Dok liečnik ne dodje, treba ranu čvrsto zaviti maramama ili krpama ili ju pritisnuti vatom. Dok nam donesu ove stvari, pritisnut ćemo ranu jednim ili sa dva prsta, ondje, odakle krv šiklja. Kadkad će poći za rukom da se krv ustavi, kad ranu ovako prstima dulje vremena pritisnemo. Krv se ustavi ili bar manje teče, kad ozledjeno udo visoko položimo.

Kadkad može i neznatan krvotok opasan biti.

Veoma jednostavno ćeš ustaviti krv iz povriedjene žile kucavice, ako udo podvežeš rubcem, cievi od gumia ili čim takovim nad onim miestom, gdje je povriedjena (vidi sl. 50. i 51.).



Sl. 51. — Podvezanje, kad je žila kucavica na goljenici ili u koljenu povriedjena.

KRVLJENJE.

Razlikujemo krvljenje, koje potiče iz žila kucavica, koje vode krv iz srca i žila kucavica, koje vode krv iz srca i raznose je po svem tielu; onda krvljenje iz žila krvica t. j. iz onih žila, koje za daljnu hranu tiela nesposobnu krv po tielu sabiru i natrag u srce dovode; i onda razlikujemo i krvljenje iz veziva (Gewebe).

Kad krvljenje potiče iz **žila kucavica**, onda rumena krv šiklja u obliku polukruga iz ozledjenog mjesta. Za ustavljanje treba da se žila podveže povrh ozlede.

Ako krv dolazi iz **žila krvica**, onda teče tamna krv poput rieke u onom razmjeru, kako je žila debela. Da ustaviš ovakovo krvljenje, dovoljno je, da čime natisneš ono miesto, odkud krv teče, te da ga čvrsto poviješ upravo onako, kao što se radi, kad se komu krv pusti.

Krv dolazeća iz veziva po boji priliči nješto na onu iz žile krvice, jer u vezivu ima krvi iz obe vrsti žila. Ovo krvljenje ustavit ćemo, ako metnemo na ozledu čistu vatu, studene obloge ili ako umočimo u željezni klorid komadić vate, savijemo u obliku čepa, te njime ranu natisnemo.

Glavna krvljenja, izuzam ona, koja su vanjskim uplivom potekla, jesu: krvljenje iz zuberine, iz nosa, dušnika, pluća, želudca, crieva, bubrega i mokraćnog mjehura, krvljenje iz spolovila u žene, onda

krvljenje, koje je nastalo uslied toga, što se je bolestna stienka žile prodrla (kap u mozgu i srcu), krvljenje od šuljeva i pukle gukave žile. O ustavljanju ovakovog krvljenja vidi dotične bolesti.

KRVLJENJE IZ NOSA.

Kao što je po svim ustrojima opna sluznica prekrita finom mrežom vlasastih cievčica, isto tako je prekrita takovom mrežom i opna sluznica u nosu. Ima raznovrstnih uzroka, s kojih se ta mreža u nosu povriediti ili potrgati može, pa tad nastane krvljenje iz nosa.

Tko je zdrav i jedar, ne škodi mu, kad mu krv iz nosa curi; ovakovo krvljenje obično samo od sebe prestane. Dapače, tko je punokrvan, osjeća onda i njeku polakšicu. Od mnogo veće važnosti je, kad krv iz nosa teče onima, koji nemaju zdravu krv, koji stradaju od pošaline, dobraca itd. U tim slučajevima krv se težko ustavlja, te može da posliednje sile bolestnikove sasvim iztroši. Samo se izvanredno riedko dogadja, da je tkogod podpuno zdrav, a da mu se krv iz nosa ustaviti ne može, to su obično ljudi, koji stradaju od krvarnosti (Haemophilia).

Ako krvljenje iz nosa samo po sebi ne prodje, a ti metni hladne obloge na čelo i nos, na zatiljak ili prsa i šmrkaj u nos vodu, u koju si raztopio malo kocelja (stipse) ili uvlači u nos vodu pomiešanu sa malo octa.

Ako ti je poznato, odkud krv dolazi iz koje nozdrve, ako baš i ne znaš točno, iz kojega mjesta, začepi onu nozdrvu čepom od čiste vate (pamuka); to je najsigurnije sredstvo, kojim ćeš krvljenje ustaviti. Svaki pojedini čepić, kojega u nos turiš, sveži koncem, neka konac iz nosa viri, da čep opet lahko izvući možeš, kad ti je volja.

Dok krv iz nosa teče, mora bolestnik sasvim miran biti, neka se ne smije, neka ne kašlje, puše i da se ne usekne; neka ne pije piće, koje bi ga uzrujalo i razdražilo n. pr. vino, kavu, čaj itd.

KRVLJENJE IZ PUPKA.

Vrlo se riedko dogadja, da krv kap po kap iz pupka curi, kad se već pupkovina posušila i odpala.

Ovakovo krvljenje obično se bezuspješno lieči; djeca, koja tako stradaju, obično od krvi i umru.

Akoprem je slabe nade, da bi liek pomogao, to se ipak ne smije propustiti, da se pokuša ovo: maži mjesto od kud krv ide paklenim kamenom (Höllenstein) ili raztopinom željeznog soliša (Eisenchlorid).

Ovo krvljenje probija kroz nepovredjene žilne stienke, zato nema što, da se podveže, da krv prestane teći.

Srećom takovo krvarenje nadje se vrlo riedko.

KUGA.

Kuga (indijska, Pest) obično se pojavlja u iztočnim predjelima. U Evropu se dovuče, bud što ju sami ljudi sobom donesu, bud što se zaraza prenese haljinama, kožama, jestvinama itd. Ova zarazna pošast odlikuje se od drugih pošasti osobito time, što se, kad tko od nje strada, po tielu tvore čirovi, čvorovi, gnojnice, otekline ili micine.

Kuga snadje sasvim zdrava čovjeka, koji i ne sluti, da mu je zdravlje čim poremećeno. Tako napadne na njekoga, koji kod jela sjedi, drugi nješto radi ili se kuda na polazak sprema itd.

Najprije ga zaboli glava, skoro zatim mu je zima, kao da ga grozница trese ili ga spopadne vrućina, a da ga ni treslo nije. Kadkad nastupi bljuvanje, za njim groznica i sile propadaju za čudo brzo. Već prvih dana, bi reći na očigled rastu i razvijaju se čirovi po tielu, koji se ognoje.

Ako će bolest preboliti, bolestnik se jako znoji, uz to se čirovi izgube i bolestniku vrlo odlahne. Gdje se čirovi ne pokažu, bolest naliči na pošalinu. Smrt uhvati svoj plien iznenada, pri punoj sviesti, bez trzanja ili kakovih znakova, da se duša s tielom dieli.

Proti ovoj strašnoj bolesti počeli su u najnovije vrieme njeku sirutku (serum) uštrcavati i vele, da su mnogi od toga ozdravili od kuge.

Zdravi predjeli očuvati će se od zaraze samo time, ako se strogo pazi, da iz okuženih predjela ni ljudi, ni hrana, ni išto u zdrave predjele ne dolazi. Zato se u onakovo vrieme postavljaju straže, kojima je dužnost najstrožije paziti na zarazita mjesta.

KUKURUZ.

Kukuruz je našemu narodu dobro poznat, jer se posvuda sije. Manje je hraniv od pšenice i brašna.

Kukuruzno brašno razmieša se sa hladnom vodom te se upotrebljuje kao mrzli oblog, kad tko ima kakovu oteklinu te ga vrlo boli i pali, a ne vidi se na tom mjestu ni čibuljice, ni gnojnice. U njekim mjestima (u Bosnoj) upotrebljuju seljaci tople obloge na trbuh od kukuruznog brašna za vrieme kolere.

Od tučenog ili cielog kukuruznog zrnja pravi se čaj za kašalj i daje se u obće kad koga grebe i nješto draži u disalu.

Kukuruz je u tom pogledu od iste ciene kao i ječam.

KUKUTA.

Kukuta (cvolina, divlji peršun, Schierling) spada medju one otrove, koji čine, da ustroji disala malaksaju, da budu kljenuti te time postanu uzrok smrti.

Ako malo toga otrova u čovječji organizam dospije, tada grčevite boli popuštaju, isto tako primiri preveliku osjetljivost bolestnih mišića, od kojih čovjek boli ima; boli slabije bivaju ili sasvim prestanu.

Akoprem kukuta takova ljekovita svojstva ima, ipak se riedko za liečenje upotrebljuje, jer ima drugih narkotičnih liekova, koji isto tako dobro djeluju, a nisu toliko opasni.

Kao vanjski liek upotrebljuje se za melem, kad tko ima kronični osip kože, onda proti reumatičnim bolima, i proti ulozima. Melem od kukute sastoji se od svinjske masti, voska, terpentina i kukute.



Sl. 52. — Kukuta.

KUNICA.

Kunica (stolistnik, kostenica, Schafgarbe, Achillea millefolium) ima mnogo gorčine i trieslovine, zato spada medju gorko-stežuće liekove. Uzima se kao čaj, kad tko ima sporu probavu, kad ženskinja ima mnogo mješečnine i to 5—10 grama na jedan obarak.

KUPANJE NA ZRAKU.

Naše se tielo neprestano nalazi u zračnoj kupelji (Luftbad), jer izmedju našega tiela i odiela uviek ima njeki sloj zraka. Što je odielo prostranije, to više zrak naše tielo okružuje, to mu je zanavljanje obilatije. Što obilatija izmjena zraka, to brže i blagotvornije na tielo djeluje.

Odielom pripomažemo, da nam je kupanje u zraku hladno, studeno ili toplo (vidi odielo). Još bolji upliv na naše tielo ima zrak, kad je tielo sasvim bez odiela. Kad je tako odasvud bez ikakove zapreke zraku izloženo, onda ovaj podražuje živce u koži, te isto tako energično i na ostali tjelesni ustroj djeluje, akoprem ne djeluje kao kupelj u vodi. Koža u zračnoj kupelji ne udiše više kisika, nego što udiše u

kupelji vodenoj, uz to voda opere i splaka štokakvu nečistoću, koja se na koži nagomilala.

Da zrak, koji nas okružuje, bude što koristniji, možemo sami pomoći, brineći se, da je zrak uviek čist i da se odievamo prikladnim odielom (vidi odielo i provjetrivanje).

KUPANJE NOGU.

Ako noge kupamo ili peremo zato, da nam budu čiste, prati ćemo ih u toploj vodi i to najbolje prije nego idemo spavati. Kad ih operemo, obrisati i posušiti ćemo ih pomnjivo.

Ako ne pazimo, kako i kada noge peremo, možemo dobiti proljev i hunjavicu.

Kupanje nogu upotrebljuje se kao sredstvo, da se jače priticanje krvi od koje česti tiela odvodi.

Tako je narodno liečenje, da ženskinje noge kupaju u toploj vodi, kad imaju slabu mjesečninu, kad im ova zaostaje ili kad imaju boli u trbuhu, prije nego će im mjesečnina doći. Da ovakove kupelji još snažnije budu, sipaju u vruću vodu gorušično brašno.

U narodu poznato je toplo kupanje nogu i u tom slučaju, kad tko ima krvotok iz želudca ili kad mu krv ide iz pluća. Bolestnik tom sgodnom drži i noge i ruke u toploj vodi.

Kupaj noge u toploj vodi, u nju spusti šaku, dvie soli, u svaku ruku uzmi po šaku soli, te ju čvrsto u ruci drži. Spusti u isto vrieme i noge i ruke u toplu vodu, što dublje, to bolje. Ovako drži ruke u toploj vodi, dok se sva sol u ruci ne raztopi. Čim se raztopi, lezi odmah u postelju, popij šalicu čaja s rumom; u jutro osjetit ćeš, da je hunjavica i u obće katar znatno popustio. Tako čini još jednu dvie večeri i katar će se sasvim izgubiti.

U zavodima, gdje se vodom lieči, kupaonice za noge tako su ustrojene, da imaju ciev, koja toplu vodu dovodi i drugu, kojom voda odtiče. Mehanička sila vode, koja svojom umjerenom toplinom svom snagom noge splaka, izvrstan je liek od glavobolje, koja nastaje uslied navale krvi u glavu.

U svim tim slučajevima voda čini, da se žile po nogama razšire, te su time sposobne, da veći pritok krvi u se primaju. Kad ovako k jednomu mjestu više krvi pritiče, na drugom je manje biva. U tom priticanju i odticanju krvi sastoji se ljekovitost kupanja nogu.

KUPELJI.

Kupelji (toplice, mrzlice) su nam zato, da njima tielo kriepimo i osviežimo, da ga od nečistoće očistimo i da se njima liečimo, kad smo bolestni.

Kada i kako treba da se kupamo, da tielo svoje kriepimo i osviežimo?

Hladna kupelj čovjeka i ljeti i zimi jednako osvježi. Komu prilike dopuštaju, najbolje čini, kad se kod kuće kupa i to u jutro, čim iz kreveta ustane. Ovakove kupelji ne samo da čovjeka osvježe, već su i najbolje sredstvo, da tielo otvrdne i razne nepogode vremena lahko podnese. Zimi dosta je, da se kupamo 1—2 minute, a ljeti možemo 3—5 minuta u vodi ostati. To valja samo za one, koji se kod kuće u kupaonici kupaju. Tko se kupa u rieci ili u plivaoni, može duže u vodi ostati, jer se može slobodnije gibati i plivati, pa se onda i više topline u tielu razvija, tako da studen tako lahko ne osjećamo.

Tko ima zdrava pluća i zdravo srce, ne treba da tielo razhladi prije, nego u vodu ide. Dosta je, ako lice i glavu pokvasi, pa onda brzo u vodu zarone. Kad ovako u vodu udjemo, ugodno će nam biti i ne ćemo tako brzo osjetiti, da nam je hladno. Dok oni, koji se svuku, pa čekaju, da im se tielo ohladi i polako nogu za nogu u vodu spuštaju, pa onda lagano sve dublje u vodu zalaze, brzo osjećaju, da im je zima, te će iz vode bježati, kao da ih tko goni.

Najsgodnije vrieme za kupanje na slobodnom zraku je jutro i večer. Istina, prijatnije je u vodi praćkati se o podne, kad je vrućina, ali se čovjek bolje osvježi i okriepi, kad se jutrom i večerom kupa.

Iza kupanja obično se osjeća dobar apetit; tko se pako punim želudcem kupa, ne samo, da će apetit izgubiti, nego mu može i vrlo škoditi.

Djeca i stariji ljudi ne mogu dugo u hladnoj vodi ostati i to zato, jer u njih organizam manje topline razvija, nego u ljudi, koji su u punoj snazi; oni s toga brzo i ozebu.

Tko je debeo, može duže u hladnoj vodi ostati, jer ga salo čuva, da mu nutarnji ustroji brzo ne ohlade.

Bliedi i malokrvni ljudi s istoga će uzroka osjetiti, da im je hladno, kao djeca i stariji sviet.

Mlake kupelji, ako se tko dugo u njih ne kupa, isto tako djeluju, kao i hladne; njihova toplina vidi se u tom različita, jer je zrak, koji nas okružuje, sad topliji, sad hladniji.

Tako će nam se činiti kadkada, da je kupelj hladna, kad se kupamo u vodi od 20—25° R., dočim drugi put, kad se u sobi kupamo, a voda ima samo 15° R., činit će nam se, da je voda topla.

Kad se tko ljeti u hladnoj vodi kupa, ako osjeća da mu je poslie kupelji hladno, neka se prošeta; drugo mu ništa ne treba raditi; a kad se tko zimi u toploj vodi kupa, neka se poslie kupanja hladnom vodom polije i opere ili neka se **aparatom** u tu svrhu (vidi sl. 53.)

polieva, koji tako radi, kao da bi kiša padala; to se preporuča osobito onima, kojima nije tielo dosta otvrdnulo.

Djecu ne treba prvih mjeseci njihova života u hladnoj vodi kupati ili ih hladnom vodom polievati, jer u to doba mišice i izmjena tvari sasvim slabo toplinu razvijaju te bi im samo škodilo, kad bi im ovu i onako neznatnu toplinu hladnom vodom još više umanjili.

Sisančad valja kupati u vodi, koja ima 27—28° R. topline; djecu od 2—6 mjeseci u vodi toploj 24—26° R. i to ih ne treba više u vodi držati od 3—5 minuta. Djecu od 2—6 mjeseci možemo kadkad hladnom vodom trljati; nu to trljanje treba da je postepeno t. j. počme se s mlakom vodom i poslie tečajem više nedjelja uzima se sve manje mlaka voda, dok se tielo napokon na običnu toplinu vode ne nauči.



Sl. 53. — Kupanje pod slapom.

Kad se kupamo, da tielo očistimo, mnogo je bolje kupati se u toploj vodi, nego u hladnoj, jer se u toploj laglje i bolje raztopi i razkiseli prah i druga nečistoća, koja se na kožu priliepila; osim toga topla voda uzbudjuje kožu i pluća na bolji rad i izmiva žliezde salovnice i znojnice, da koža može bolje djelovati.

Debeli sviet i ženskinje poradi njihovih naravskih osebujnosti treba da se češće kupaju, nego mužkarci i mršavi.

Isto tako neka se češće kupaju oni, koji imadu posla sa sičanom, olovom, živom itd. jer dokazano je, da otrov mnogo manje djeluje, kad se koža često pere.

Od vrlo velike hasne su kupelji za čišćenje tiela kad je tko stradao od kakove bolesti, pa se je tielo moralo mazati štokakvom mašćom

ili kad je tko prebolio koju kožnu bolest, kao što su ospice, boginje, vrbanac itd.

Ovakovi bolestnici treba da se kupaju tek onda, kad su sasvim ozdravili, te kad im se koža počme ljuštiti.

Ove kupelji imaju i tu zadaću, da očuvaju od zaraze osobe, koje će od sada sa takovim bolestnikom obćiti. To osobito valja za školsku djecu, jer ako se valjano ne očiste, mogu onim ljuskama, što od njihove kože odpadaju, drugoj djeci tu istu bolest natovariti.

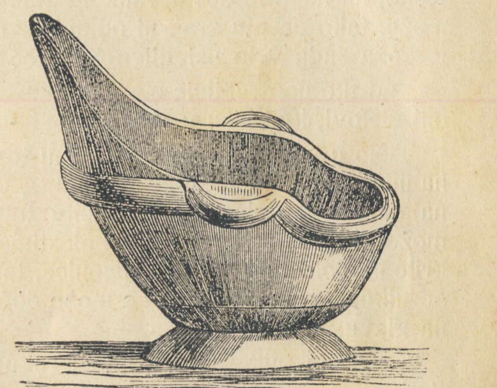
Od neprocienjive vriednosti su kupelji, koje se upotrebljuju za liečenje bolesti. Za takovo liečenje upotrebljuje se ili mineralna ili naša obična voda.

Govorit ćemo o liečenju s običnom vodom. Od nje ima čovjek trovrstnu korist. Različita toplina vode razdražuje kožu, pobudjuje živce, oduzima tielu toplinu ili pomaže, da se bolje ugrije i najposlie čini, da krv brže obtiče, ter živahnije djeluje.

Čim je na izmjeni tvari veća razlika izmedju topline vode i topline tiela, tim će i razdražljivost veća biti.

Mnogo zavisi i o tom, koliko se tko u vodi bavi.

Upravo sjajan uspjeh su postigle kupelji time, što bolestniku toplinu oduzimaju. Nema sumnje, da je prekomjerna toplina, koja se kod njekojih bolesti, kao na pr. kod pošaline, u čovječjem tielu razvija, uzrok propadanju čovječjeg organizma, to jest smrti.



Sl. 54. — Kada za sjedaću kupelj.

Više nego ikoji drugi liek može pomoći kupelj, pa ma bila voda samo njekoliko stupnjeva manje topla, nego što je toplina tiela.

Tko je samo jedanput vidio, kako se bolestnik iza takove kupelji okriepio, sigurno ne će nikada taj utisak zaboraviti, on će iz svih sila nastojati, da se hladna voda upotrebljuje za liečenje pošaline, škrletine i drugih bolesti, kad čovjek ima »veliku vatru«, kao što narod kaže.

Bolestnika oprezno spuštaju u mlaku kupelj; ako mu se pomutilo, bilo bije što samo brže može, ustne su se izsušile, mrmlja poluglasno nerazumljive rieči, koža gori, kan da je žar po njoj. U kupelj postepeno prilieva se hladna voda. Na jednom se bolestnik prene, duboko

uzdahne, pogled mu se razbistrio, bilo pravilnije tuče, sviest mu se povratila. Kad ga iz vode izvade i na postelju polože, uljulja se u sladki san, koji će ga okriepiti.

Istina može se dogoditi, da ni kupelj pomoći ne će, kao što mnogo puta ni liekovi ne pomažu, ali svakako ćemo bolestniku makar na njekoliko sati njegovu muku olakšati, kad ga tako liečili budemo.

Kod kupanja je ili cielo tielo, osim glave, u vodi ili sjedi bolestnik samo do polovice tiela u vodi ili kupa pojedine udove, noge i ruke.

Kad je komu **cielo tielo u kupelji** u vodi, krv pritiče prema površini kože, pa i prema glavi. Da odviše prema mozgu ne pritiče, treba obložiti glavu hladnim oblozima, koji će se za 1—2 minute mienjati. U vodi će bolestnik ostati prema odredbi liečnikovoj. Kad iz vode izadje, treba ga dobro posušiti i pokriti. Pokrivalo neka nije vrlo teško, nu neka je dosta veliko, da se s njime bolestnik dobro pokriti može, tako da mu zrak ni odkuda do tiela doprieti ne može, jer mu je koža sada vrlo osjetljiva te bi se lahko prehladiti mogao.

Kad tko upotrebljuje **sjedaće kupelji** (vidi sl. 54.), neka pazi da mu oni dielovi, koji nisu u vodi, ne ostanu goli, to jest nepokriti.

Tielo u vodi ima svoju posebnu toplinu; dielovi tiela, na kojem su haljine, imaju opet drugu toplinu, a onim dielovima, koji su odkriti, najmanje je toplo. Ova različita toplina u različitim čestima tiela može biti povod štokakvim bolestima. Da se tomu predusretne, pokrije se bolestnik preko kupaonice, tako da je sav do vrata zavit, da od nikuda zrak do njega ne može doći. I ovomu treba hladne obloge na glavu metati.

Kad bolestnik samo nogu ili ruku u vodi drži, treba da je cielo tielo obučeno sve do onoga, što se kupa. Obloge na glavu treba i ovdje metati.

KUPELJI BLATNE.

Blatne kupelji (Schlammbäder) prave se od tako zvane tresetne zemlje (Moorerde). U ovoj ima bilinskih i rudnih sastojina. Kada ove proniknu čovječji organizam, pomažu proti mnogim bolestima. Ovakove kupelji osobito su dobre za malokrvne i bliedobolne osobe, za one, koje boluju od materice ili imaju kakovu kožnu bolest, a valjaju takodjer onomu, tko od rheumatizma i uloga pati.

Blatne kupelji prave se ovako: sasvim fino samlivena ili prosijana tresetna zemlja razdieli se sa onoliko mineralne vrele vode, koliko je nuždno. Ili se razdieli običnom vodom, da se onda ugrije kako želiš, da ti je kupelj topla.

Zemlju razriedi toplom vodom, dok ne bude gusta, kao riedka kaša. Uz kupelj sa blatom treba namjestiti kupelj sa čistom vodom, da se bolestnik odmah oprati može.

U blatnoj kupelji sjedi bolestnik po odredbi liečničkoj 8—10 minuta, do pol sata, a može biti i duže. Takove kupelji upotrebljuju se kadkad samo za noge ili ruke.

U gdjekojim toplicama već je od prirode takova zemlja pomiešana sa mineralnom vodom, kao n. pr. u našem Topuskom, te tako ima mineralnih i željeznih blatnih kupelji.

KUPELJI MINERALNE.

Osim što kupelj svojom toplinom na zdravo i bolestno tielo blagotvorno djeluje, pripisuje mu se još i osobita ljekovitost, ako u njoj ima sastojina, koje, kad tjelesni organizam proniknu ili kad mu nadražuju kožu, promjenu proizvedu u izhrani i izlučivanju.

Ako su sastojine u vodi, u kojoj se kupaš, iz rudstva, tad im se kaže, da su rudne ili mineralne kupelji; nadalje kažemo, da su naravske kupelji, ako voda, u kojoj se kupaš, baš ovako i izvire, a umjetna je mineralna kupelj, kad običnoj vodi primješaš mineralnih sastojina.

Mineralnim kupeljima uvršćuju se i slani izvori, kao i morske kupelji.

Većim dielom mineralna izvor-voda, koja se pije, služi i za kupanje. Ako su ovakovi izvori hladni, ugrije se voda do stanovitog stupnja topline; ako su prevrući, razhlade se.

Ako i nije znanost do tog došla, da točno zna, po čem su upravo ovakove kupelji ljekovite, to se ipak za stalno zna, da je sviet od vajkada mineralnu vodu pio i u takovoj se vodi kupao, da se od bolesti izlieči.

KUPELJI MORSKE.

Tri su dobra, koja morska kupelj čovjeku pruža. Prvo joj je dobro **hladnoća i sol,** što u njoj ima; oboje je po zdravlje čovjeka veoma hasnovito.

Drugo dobro je **morski zrak,** koji je pun slane pare. Vriednost morskog zraka sastoji se u tom, što je čist od štokakvih primjesa i nečistoće, kojima se kvari zrak na kopnu. Morski zrak oživljuje, razdražuje i potiče organizam na bolji rad.

Treće dobro je **morska valjavica** (Wallenschlag), koja potiče i oživljuje djelatnost kože i živčevlja.

Morske kupelji čovjeka okriepljuju, oživljuju i snažno izmjenu tvari potiču, jer nadražuju živce u koži, a ovi opet djeluju blagotvorno na živčani sustav.

Osim toga u moru se možeš mnogo laglje kupati i plivati, nego u kakvoj rieci ili potoku.

Morske kupelji preporučuju se u ovim prilikama: kod živčane bolesti, duševne mlitavosti, nerazpoloženosti, hypohondrije, slabe probave i jednostrane glavobolje.

Tko hoće u morske kupelji, mora da zna, kakova kupelj za njeg valja. Slabije i nježnije osobe neka idu u kupelj, gdje je voda toplija i gdje je morska valjavica više umjerena. Ova potiče i oživljuje djelatnost kože i živčevlja.

Kupelji u iztočnom moru nisu tako ljekovite, kao one u sjevernom moru. Toplina u jednom i drugom moru je izmedju 12—18° R., u Sredozemnom 20—23° R., a u Jadranskom moru 18—20° R.

Najsgodnije vrieme za kupanje u sjevernom moru je mjesec srpanj i kolovoz, a u južnom moru možeš se kupati od svibnja počam pa sve do rujna.

Tko misli, da se morskom kupelji lieči, treba da se u moru kupa 30—50 puta.

Samo nagao, nervozan bolestnik ne smije da se kupa u hladnom moru; za njega bolje su ugrijane morske kupelji.

Ako se kupaš u moru, treba da kupelj ne traje dugo; odmah idi u vodu, neprestano se gibaj i plivaj, ako ovo umiješ. Dobro i brzo se posuši, onda tek nječim založi.

U hrvatskom Primorju ima više kupališta, kamo ljudi vrlo rado zalaze, to su Opatija, Kraljevica, Bakar, Crkvenica, Selce, Novi i Senj. Najčistije i najživlje je more u Novom, te je ondje i vrlo česta valjavica, dok je u drugim mjestima više mirno. Najhladnija je voda u Senju..

KUPELJ PARNA.

Ne samo našemu vieku, već i u staro doba bilo je svietu vrlo dobro poznato, kad većom toplinom, nego je ona u zraku, koji nas okružuje, našu kožu odasvuda galimo, da onda ona toplina na naše tielo ugodno i blagotvorno djeluje.

U tom spoznavanju osobito su se Rimljani odlikovali; oni su ovo dobročinstvo svojemu tielu u spodobi kupelji pružali.

Dobre svrhe, koje su ovakove kupelji kod starih Rimljana imale, počeli su proučavati i dokučivati i ljudi našega vieka, te pošto su uvidili, da su kupelji sbilja po tjelesni organizam vrlo hasnovite, poprimili su od Rimljana graditi parne kupelji.

Danas svaki veći gradić ima svoju rimsku t. j. **parnu kupelj**, koja stanovnicima onoga mjesta uz ugodnost i mnogu hasnu pruža.

Po najnovijem proučavanju korist ovakove povećane topline na naše tielo u ovom se sastoji.

Ćutljivi živci, koji se u koži nalaze, razdražuju se, žile u koži razšire se, srce uz povećanu toplinu brže radi, bilo brže tuče, kolanje krvi u koži radi toga biva brže, znoj i izparivanje su posliedice.

Znoj i izparivanje kože čine, da se u tielu sakupljena voda iz njega brže izluči, bubrezi pri tom više miruju, jer što se čovjek više znoji i izpariva, to manje ide mokraća od njega. Bubrezi se dakle odmaraju kod svog neprestanog rada, a ovo se ima parnoj kupelji pripisati. Kad tielo ovako tekućinu gubi, obnova sokova biva brža i bolja.

Ako želimo, da od parne kupelji korist imamo, treba da se odmah iza kupelji hladnom vodom škropimo ili polijemo.

Kad to činimo, razdraživost živaca popušta, razširene žile u koži opet se stisnu i zatvaraju, silnije bijenje srca utiša se, obična toplina kože opet se vraća i eto smo došli do tog stepena, da tielo traži, da mu se nadoknadi gubitak sile, što no se iztrošila, kad se znojilo i izparivalo; osjećamo, da je želudac prazan, nije druge, treba se okriepiti jelom i pićem. Hrana, koju sad dobrim apetitom jedemo, dobro će doći čitavom tjelesnom ustroju.

Tko pazljivo čita, što se za parnu kupelj piše, i sam će uviditi, da ovakova kupelj valja samo za zdrave ljude, kojima je živčani sustav u redu, te koji ne stradaju od kakove bolesti na srcu ili plućima.

Ljudi, koji su nervozni, koji imaju bolest bilo na srcu, bilo na plućima ili na žilama, neka se prodju parne kupelji, oni bi samo od nje stradati mogli.

Sličnim bolestnicima možemo savjetovati, da se kupaju u parnom ormaru. Kod ovakog kupanja glava ostaje izvan ugrijanog prostora, te čovjek udiše frižki, hladni zrak. Pluća, koja se jako razdražuju, kad udišu onu vruću paru, sada i ne znaju za nikakovu muku, nasuprot njima kao i bubrezima to samo godi, jer se manje trude, kad veća toplina na kožu djeluje. Isto tako se i srce odmara.

Kada i kako da se parne kupelji upotrebljuju?

Parne kupelji, koje se za liečenje upotrebljuju, smiju se samo na odredbu liečnika, i to po njegovom naputku upotriebiti.

Zdravi može da ide u parnu kupelj svakoga mjeseca u svako doba godine po jedan ili dva puta; njemu će biti ovako kupanje od velike koristi.

Tko ide u parnu kupelj, neka ide jutrom, neka se prije kupanja ne natrpa jelom, ali neka ne ide ni sasvim praznim želudcem. U kupaonici neka ne stoji duše od 4—5 minuta, dok ga naime znoj dobro probije.

Tko je malko raznježen, može prije nego će se hladnom vodom polievati ili škropiti, da uzme vodu, koja ima 25° topline; njom neka se polieva, te ju sve više razhladjuje, dok dodje do 15°. Poslie ove

priprave neka ide što brže u hladnu vodu, neka njekoliko puta zarone te mišice dobro protegne i giba, neka se uz to valjano protare, pa onda škropicom poškropi. Sad neka se živo protare suhim ponjavama i neka se 10—15 minuta zavije u suhe tople pokrivače.

Tko je snažan i delija na studen, može odmah, čim iz parne kupelji izadje, unići u hladnu vodu ili da se škropicom škropi.

Tko se ovako kupa, može poslie da se malo prošeta, nu neka pazi, da se šetajući ne umori.

KUPELJ SJEDAĆA.

Za sjedaću kupelj (Sitzbad) ima sud, koji je tako udešen, da se čovjek u njem samo sjedeći, a ne i ležeći kupati može (vidi sliku 45.). Ova je kupelj samo za stanovite česti tiela opredieljena, naime za noge, gnjatove i bedra, ter zdjelište sve do kukova. Sjedaća kupelj može da bude hladna ili topla, može trajati samo kratko vrieme, a može čovjek i duže u njoj posjediti, to se sve ravna po odredbi liečnikovoj, koji zna, kakva kupelj za bolestnika treba. Tako valja hladna, samo kratkotrajna sjedaća kupelj za bolesti mokraćnih ustroja i čmara; valjaju, gdje je radi slabog pritoka krvi nastala mlitavost i nepodpun rad ustroja; nadalje preporučuju se hladne kratkotrajne sjedaće kupelji u svim onim slučajevima, kad treba da se krv odvodi iz gornjih više ležećih ustroja, kao što su silni pritok krvi prema glavi, naduta jetra, kronične bolesti želudca i crieva.

Hladna sjedaća kupelj, ako dugo traje, ne potiče na veći pritok krvi prema onim čestima, koje su u vodi, kao ona, koja samo kratko vrieme traje, nego ona umanjuje razdraživost; preporuča se dakle, kad tko ima kakovu kroničnu užgalinu, pa bila ona u mokraćnom mjehuru, mokraćnoj cievi, čmaru ili u matrici.

Ako tko ima grčeve, tad ne smije upotrebiti sjedaće kupelji, koje su 10—14° R. nego onakove, koje su 20—26° R. tople.

U tako toplim kupeljima sjedi onaj, koga boli, kad mokraću pušta, tko ima boli, kad ide zarad sebe i tko ima grčeve prije, nego što će mjesečnina doći.

Kad bolestnik iz tople kupelji izadje, mora one česti, koje su u vodi bile, dobro posušiti i trljati. Tko sjedi u kupelji, neka mu je gornji dio tiela odjeven, a na nogama neka ima obuću. Komu udari krv u glavu, kad je u kupelji, neka metne hladne obloge na glavu.

Kratkotrajna kupelj obično se računa sa 5—10 minuta, a tko ima duže u vodi sjediti, 20, 30—40 minuta.

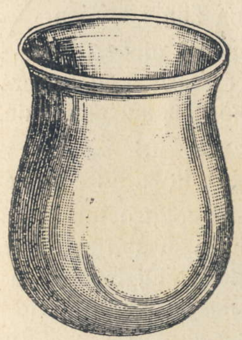
KUPELJI SUMPORNE.

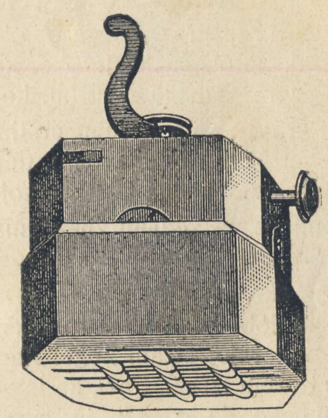
Ove kupelji umnožavaju izlučenje iz tiela. Bolesti za koje se sumporne kupelji upotrebljavaju, jesu: sve vrsti zastarjelog kožnog osipa, zastarjele reumatične boli, te boli od uloga, zastarjele bolesti kostiju, bolesti jetara, kad se slezena povećava i napokon šuljevi.

Razumieva se tu sumporna navarska vrela, a ne sumporne kupelji, koje se u kući pripravljaju, jer od ovih kupelji korist je dvojbena.

KUPICE.

Kupice (rogovi, rožići, Schröpfköpfe) meću se suhe i krvave. Krvave kupice izvlače krv iz tiela, a meću se ovako: uzmi dovoljan broj malih čašica, što se kupice zovu (vidi sl. 55.), ugrij ih malo na


Sl. 55. — Kupica.


Sl. 56. — Pružno zbadalo.

plamenu, pa ih onda naglo na kožu pritisni. Pod tom kupicom izpupči se koža i napuni krvlju, što pokazuje njeno rumenilo.

Kad je kupica njeko vrieme na koži postojala, nareže se ova pružnim izbadalom (vidi sl. 56.). Ovo je četverouglasti aparat od kovine, na kojem ima mnogo nožića. Kad se za vezivo povuče, nožići se pokažu. S ovim aparatom nareže se koža, a poslie opet na to mjesto metne kupica, da krv izvlači.

Kad prestane krv teći, mnogi još jedanput na tom mjestu kožu narežu, ali sad namjeste izbadalo tako, da su zarezi u protivnom smjeru od prvih; jedan zarez krsti se s drugim.

Za suhe kupice meću se samo čašice, a koža se ne nareže izbadalom.

One samo nadraže kožu, dok krvave uz to i krv izvlače.

Najbolje je, da se izkorjeni taj običaj; kupice više škode, nego što hasne, a to zato, jer svaki gubitak krvi čovječje tielo slabi.

Do nedavna bio je običaj, da naš narod u Krapinske i Varaždinske Toplice, u Stubicu itd. ljeti jatomice dolazi, da sebi dade na tielo staviti rogove ili kupice, te sjedi po ciele satove u toploj vodi, da samo što više krvi ide od njega. U novije vrieme sve više to prestaje, jer kupice smije ordinirati samo liečnik.

KURJE OKO.

Kurje oko ili žulj (Hühnerauge, Leichdorn) nije ništa drugo, nego nagomilana i otvrdnuta ondje pousma.

Korjen ili jezgra kurjega oka, leži duboko u usmi, a široki je dio u pousmi. Zato boli kurje oko, kada tiesna obuća na nj tišti, jer se tvrda jezgra spustila u usmu, koja je puna žila i živaca.

Žulj pravi se na nožnim prstima, jer su ovi dielovi kože izloženi najjačemu pritisku ili trvenju, tim jače, jer se tik pod kožom nalazi okrugla glavici slična koštica, koja od noge pousmu natiskuje.

Promjene na kožnim žliezdama nisu uzrok kurjemu oku, nego su posliedica žulja, koji se je sa svom jezgrom u kožu duboko spustio.

Kurje oko najbolje ćeš ovako liečiti: drži nogu u toploj vodi, kad se je žulj dobro nakiselio i omekšao, otisni ga sa dva prsta dolje i to prema nutarnjoj strani noge. Kad tako radiš, žulj iskoči, pa ga tad oštrim nožem izreži. Pazi, da je nož čist i nepohrdjan i da ne zarežeš tako duboko, da krv ide, jer lahko se može onda krv prljavim stvarima okužiti i čovjek nastradati, kao što su već mnogi zaglavili.

Mnogi običavaju kurje oko razmekšati, pa onda noktom ga izčupati. I tu treba, da paziš, da je nokat i izpod njega čisto, inače možeš stradati, ako kurje oko nečistim noktom ozlediš.

Na tom mjestu gdje je žulj odrezan, nastati će jamica, te ne ćeš osjetiti natisak od obuče. Kada poslie 4—5 dana tu jamicu jezgra opet izpuni, izreži ju. Čini to njekoliko puta i jezgre će nestati. Komu se ovakovo izrezanje težko vidi, neka jednostavno, kad se je u vodi noga razkiselila, žulj odreže, po tom metni melem na to mjesto, koji će žulj razmekšati na pr. diachylon-melem ili nosi kolobarčiće za kurje oko. Takovi čuvaju žulj od natiska.

Na svaki način treba nositi prostranu i urednu obuču.

LED.

Ledu pripisuju dva izvrstna svojstva. Prvo je, što ublaži bol, a drugo, što se ondje upala ili užgalina ne pojavi, gdje led stražu straži t. j. gdje se ledom lieči.

Led se upotrebljuje kod užgaline, kod čirova i micina, kod bolesti moždjana i moždjanskih opana, kod pošaline, kod svake vrsti glavobolje, kad krv navali u glavu, kad krv baca itd. Na želudac se meće led, ako tko krv bljuje, na trbuh ako ide krv iz crieva i kod upale opne potrbušnice. Ako je bolestnik u groznici ili ako mu je lice zažareno i bunca, metni mu ledene obloge na glavu. Ledom obloži vrat kod zadavice.

Kad se led kao vanjski liek upotrebljuje, meće se u kesice od kaučuka ili u svinjski mjehur; tim se sačuva, da se led brzo ne raztopi, da se ne mora svaki čas mienjati i da se stvari na bolestniku i oko njega na kojima leži, ne namokre.

Svinjski mjehur ili kesica za led od kaučuka puni se grudicama od leda u veličini lešnjaka ili oraha. Najlakše ćeš led razsjeći na takove komadiće, ako veći komad zaviješ u krpu, pa ga čekićem stučeš.

Mjehur s ledom neka se metne na ono mjesto, gdje je liečnik rekao, tako, da se što bolje razširi i uz tielo priljubi. Kesicu ili mjehur zavij najprije u maramu, jer bi se inače poskliznuli. Kad se mjehur meće na glavu, najbolje je privezati ga kanapom (špagom) uz postelju čelo glave ili ga sveži na obruč zadjenut vrh glave bolestnikove, da ne može sklizati, ni jako glavu pritiskati.

Kao nutarnji liek uzima se led nasječen na male komadiće tako zvane »pilule od leda«. Oni se daju kod užgaline u grlu, kad tko težko guta, kad tko silno bljuje ili ga jako na bljuvanje muči.

LIEČENJE GROŽDJEM.

Kao sve vrsti voća, tako i groždje djeluje blago, osvježi, razhladjuje i pospješuje mokrenje. Osobe, kojima rad crieva nije uredan, koji imaju šuljeve, otečena jetra i uloge, neka se lieče groždjem (Traubenkur).

Liečenje sastoji se u tom, da bolestnik tečajem više nedjelja jede zrelo i dobro groždje bez zrnaca i kožice i to 1, 2, 3—4 kilograma na dan. Takovo je lječilište na pr. u Meranu.

Ljudi, koje prsa bole, neka se groždjem lieče samo onda, ako im nije bolest jako napredovala.

LIEČENJE HLADNOĆOM.

Hladnoća je neprocienjivo blago u riznici liekova, kojima se bolesti lieče. Upliv hladnoće na tjelesni ustroj raznovrstan je. Ponaj-

prije oduzima hladnoća onomu dielu tiela, s kojim neposredno u doticaj dolazi, toplinu, jer se toplina tiela i hladnoća medju sobom izravnaju. Pošto onaj dio tiela, koji sa hladnoćom u doticaj dolazi, svoju toplinu dobavlja od one topline, koja se po svem tielu razišla, to će najprije izgubiti toplinu onaj dio tiela, na koji hladnoća djeluje, a onda će se i u ostalom tielu umanjiti. Po tom dakle hladnoća je najbolje sredstvo, s kojim ćemo povišenu toplinu tielu oduzeti.

Drugo djelovanje hladnoće ili upliv na tjelesni ustroj sastoji se u tom, što žile steže te tako prieči, da u ove toliko krvi ne pritiče. Ovako je hladnoća izvrstno sredstvo proti navali krvi i upali, koja je posliedica navale krvi. Čim je ova manja, odmah se i osjećaj boli umanjuje, eto nam dakle hladnoća i bol oduzima ili bar snosnijom čini. Pa jer hladnoća ima svojstvo, da energično steže žile, možeš se njome poslužiti, da ustaviš krvotok.

Kad upotrebiš hladnoću da samo kratko vrieme na čitavo tielo djeluje, to ona pospješuje obticanje krvi, a time i izmjenu tvari snažnije potiče.

Iz rečenog svatko se uvjeriti može, da je djelokrug hladnoće veoma obširan.

Hladnoću ćeš upotrebiti prema tomu, što njome postići želiš.

Ako hoćeš, da se toplina u svem tielu umanji, najbolje su kupelji. Tada nije ni nuždno, da je hladnoća vrlo velika, dovoljna je voda izmedju 16—25° R. Veoma je važno, koliko se u takovoj kupelji baviš. Što si duže u vodi, to više se topline tielu oduzima.

Ako želiš samo na stanovitom mjestu toplinu umanjiti kao n. pr. kod upale, onda je najbolje, da upotrebiš kesicu s ledom. Ako ne možeš leda dobiti, upotrebit ćeš hladne obloge što hladnijom vodom; uz to treba da ih često mienjaš, već poslie njekoliko minuta (vidi obloge). Ovako služit ćeš se hladnoćom, kad treba da ublažiš boli. Kadkad treba da oblozi, koje proti bolima mećeš, duže leže t. j. da ih često ne mienjaš. Takovi oblozi pokriju se obično kakovim suhim stvarima na pr. maramama, povoštenim platnom itd. (vidi Pressnitzov oblog).

LIEČENJE PO SCHROTTU.

Ovo liečenje sastoji se u tom, da se bolestnici žedjom lieče; t. j. bolestnici hrane se samo suhom hranom, a ne piju nikakovoga pića. Svrha takovog liečenja je, da bolestne tvorine u tielu presahnu. Liečnici riedko kad ovakovo liečenje preporučuju, jer je ono samo po sebi mučno, a uz to mu je uspjeh nesiguran.

Samo u slučajevima, kad koji bolestnik ima eksudat poslie upale porebrice, upotrebljava se dobrim uspjehom.

LIEČENJE SIRUTKOM.

Sirutka pije se kao i mineralna voda postepeno, sve više i više. Počima se sa jednom čašom ili kupicom, pa sve do tri ili šest čaša na dan. Ali uz to treba i druge hrane, jer sa samom sirutkom ne možeš se hraniti, kao s mliekom.

Kad se tko lieči sirutkom, mora da to čini i stanuje u gorskoj dolini, koja je od sjevernih vjetrova zaklonjena.

LIEČENJE ŽEDJOM.

Kućanstvo našega tiela nastoji, da mu se veziva neprestano vlažna uzdrže. Da se ova vlaga tvoriti može, treba da se tielu iz vana tekućine pribave. A kad je vrieme da se ove pribave, javlja se žedja. Izkustvo učilo nas je, kad premalo tekućina u tielo dolazi, da onda onu vlagu, koja se u vezivu nalazi, krv izsmrka, popije. Na temelju toga, da se naime tielu vlaga iztroši, kad ju tekućinom iz vana ne podržavamo, izumili su vrst liečenja, kojoj je svrha, prisiliti da škodljive tekućine t. j. takove, koje su se u tielu nakupile, te su uzrok bolesti, presahnu, jer im se uzkraćuje izvor vlage, naime jelo i pilo, te se tako prisili organizam, da sam nosi troškove pokrića, koje mu je nuždno, da se veziva vlažna uzdrže.

Ima zavoda, koji se izključivo takovim liečenjem bave, a ovo zove se Schrothovo liečenje.

LIEČNIK DOMAĆI.

Ovim nazivom časte svi članovi obitelji liečnika, kojega u svakom slučaju bolesti i bolestnih simptoma za savjet pitaju.

U prijašnje vrieme bio je odnošaj medju domaćim liečnikom i obitelji mnogo srdačniji rek bi, bijaše mu mnogo čvršća podloga prijateljstva i povjerenja.

Da si uzčuvaš zdravlje, još je važnije, nego da ga liečiš, kad se pokvari.

A tko ti može sdušniji i bolji savjet dati od izkusnoga liečnika? U tom opet najbolje ti može na ruku ići domaći liečnik. Takav liečnik u pravom smislu je prijatelj tvojega zdravlja, tvojega napredka i blagostanja tvoje obitelji, jer njemu su, pošto često u kuću dolazi, dobro poznate sve zdravstvene prilike svakog pojedinog člana obitelji.

On zna, na koju bolest tvoja narav naginje; zna što te može očuvati, da se od prirodjene naklonosti ne počne bolest razvijati.

Svaka obitelj, koja se od starine drži običaja, da ima svoga domaćega liečnika, **te ga godine i godine ne mienja,** zna, kakova je blagodat, ne samo blagodat, već upravo može se kazati blagoslov u kući.

Zato bi bilo željeti, da se svaka, bar bolja kuća, drži toga starinskoga običaja, a ne da mienja svaki čas drugoga liečnika.

Dok ti jedan liečnik upozna narav i naklonost prema kojoj bolesti, drugi, komu si od više godina poznat, štono rieč i kako dišeš i kako živiš, već te je s malim izliečio i zdravlje ti povratio; dok onaj, komu si se tekar od jučer povjerio, muči i tebe i sebe, tebe s liekovima, a sebe, da te što prije izlieči; a ti pri tom više trpiš, nego što je nuždno.

Liepa staroindijska poslovica o domaćem liečniku, koja iz izkustva govori, glasi:

»Ako si bolestan, liečnik ti je otac, ako si na putu ozdravljenja, on ti je prijatelj, a kad je bolest prošla i zdravlje ti se povratilo, on ti je čuvar zdravlja.«

LIEKOVI NA UBLAŽENJE BOLI.

Bol je u velikom stepenu razdraženo stanje puteva, kojima ide čovječje osjećanje.

Sve ono, što može ovakovo razdraženo stanje utažiti, biti će liek, da ublaži bol. Ova vrlo velika razdraživost može da ima sjedište u središnjem ustroju, a može da se je ugniezdila u onom mjestu, gdje se živci već svršuju, dakle na njihovim skrajnim vršikama. Po tome ćemo i razne načine upotriebiti, da boli ublažimo.

Kao vanjski liek, koji može razdraživost okrajnih živaca utišati, jest hladnoća. Poznato je, da je pritok krvi manji k onom dielu tiela, na koji hladnoća djeluje. Što dakle manje krvi pritiče, to više izgube okrajci živaca svoju razdraživost, jedno s toga, što se toplina snizuje, a drugo, što im mnoga krv ne pritiska veziva.

Isto tako i toplina ublažuje bol, akoprem ona pritok krvi ne umanjuje. Nu ona čini, da veziva bivaju mlohava te onda takodjer umanjuje pritisak krvi. Ako dakle i studen i toplina mogu ublažiti bol, to se ne će nikomu čudno viditi, kad liečnik preporuči toplinu čim vidi, da hladnoća ne može da utiša boli ili kad preporuča obratno. Osebine bolestnikove onda takodjer uplivaju; jednomu pomaže hladnoća, drugomu toplina.

Druga sredstva, koja se upotrebljuju, da se boli ublažuju, jesu liekovi, koji mogu sniziti rad moždjana i živaca, a to su tako zvani narkotični ili opojni liekovi, a osobito oni, koji mogu proizvesti bezćutnost, san i obmamu, kao na pr. opijum, morfijum, kokain, onda etir, koji velikom hladnoćom na onomu dielu tiela, s kojim u dodir dolazi, ublaži bol, te što od njeg radnja oćutnih živaca sasvim prestaje, kad udisanjem u krv dospije. Ovamo spada chloroform i nutarnji liek chlorohydrat i opojni plin (Lustgas).

Svaki od rečenih liekova može biti opasan.

Oni liekovi, koji ne djeluju izravno, već tek drugim putem na bolestnu čest, ne broje se u ovu vrst liekova.

Kad koga glava boli, pomaže sigurno i brzo liek, koji se za povraćanje uzima, ali ipak ne spada medju liekove, koji bol ublaže. Najljuće boli u trbuhu kod male djece prestanu, kad ih klištiriš, pa ipak klištir nije ublažujući liek.

LIMUNADA.

Limunada pravi se od limunova soka. Na litru vode uzima se izciedjeni sok od jednoga limuna, te se šećerom osladi. Limunada se može praviti i od vinske kiseline. Daje se, kad tko ima groznicu i u obće vatruštinu.

LIPIN CVIET.

Čaj od lipinog cvieta upotrebljuje se kad tko ima katar pluća ili dušnika i u obće pri svakoj bolesti, koja od nazebe dolazi. Lipin cviet potiče na znojenje.

Ako želiš, da se bolestnik jako znoji, naciedi u čaj od lipinog cvieta malo limunovog soka.

Primalje daju čaj od lipinog cvieta rodilji, kad ima grčevite trudove.



Sl. 57. — Lipin cviet.

LJEKARNA DOMAĆA.

Gradjaninu, kad se naglo razboli, za njekoliko trenutaka može liečnik u pomoć priskočiti, a isto tako mu se i liek bezodvlačno pripravlja; no tko živi na selu, — težko njemu! Kadkad se napati i te kako, dok mu liečnik dodje, a za liekove mora još i duže čekati. Za onoga dakle, tko na selu živi, domaća je ljekarna velika blagodat. Ali tko bi i za sve bolesti liekove nabavio, ipak bi dosta neprilika imao, jer pri svojoj dobroj volji ipak ne bi mogao svaki put razpoznati, kakova se bolest razvija.

Domaća ljekarna treba dakle da ima samo onakove liekove, koji za sigurne simptome valjaju. Ovakove simptome razpoznati će inteli-

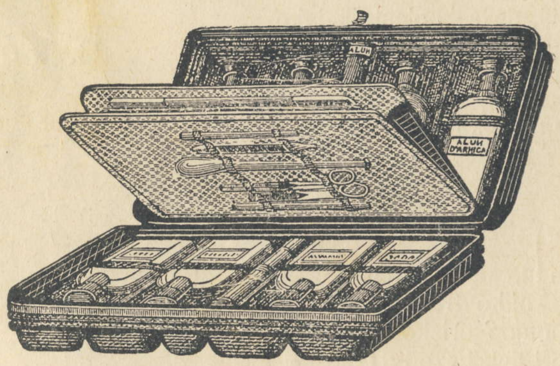
gentan čovjek, ako i nije liečnik, jer ga to zdrav razum uči, promatranjem obilježja, koja se kod bolesti pojavljuju. Ovakova obilježja diele se na dvojaka: na onakova, koja pokazuju, da opasnost prieti i obilježja, koja istina ne zahtievaju bezodvlačnu liečničku pomoć, ali ćeš ipak dobro učiniti, ako bolestniku pripomažeš, da mu boli toliko ne dodijavaju, dok liečnik ne dodje.

Ovoj vrsti obilježja računa se **nesvjestica**, kad se čovjek obeznani, kad ima silan krvotok; drugoj vrsti broje se sve **boli**, potekle one od kuda mu drago.

Mnogi čitaoc reći će možebit: to je malo pa ništa. Tomu nije tako; domaćoj ljekarni nije cilj, da iztisne liečničku pomoć; svrha joj je, da bolestniku samo polakšicu pruži, dok liečnik ne dodje. Tko bi sam bolestnika liečiti htio, često puta bi s pravoga puta sašao, a često bi promašio čas, dok je još vrieme, da ga znanstvena medicina spasi.

Domaća ljekarna neka ima samo, što je koristno i za prvu pomoć neobhodno nuždno.

Evo što treba, da u domaću ljekarnu nabaviš, a ujedno je označeno, koliko da od čega spremiš.



Sl. 58. — Domaća ljekarna.

1. **Jake liekove,** koji svojim mirisom služe (Riechmittel): nišadorovice 25 grama; drži u staklenici, zatvorenoj staklenim čepom.

U slučaju nužde otvori flašicu, pa je drži samo kratko vrieme — njekoliko sekunda — pod nos onomu, tko se je onesviestio ili tko ne zna za sebe.

Hoffmannove kapi ili etirova vinovica, 40 grama, u staklenici staklenim čepom začepljenoj; u istom se slučaju upotrebljuje kao i nišadorovica. Daje se i kao nutarnji liek 15—20 kapi na malo šećera ili u žlici vode.

2. **Osvježujuće vodice** za mijenje za iste svrhe, kao jako mirišuće liekove. Jedna flaša kolonjske vode, vinove žganice (Franzbranntwein) ili octa.

Nalij vodicu na ruku i potari njome čelo i sliepočnice bolestniku.

3. Liekove za **ublažiti grčeve i bol** na pr. driemkove tinkture (Opiumtinktur) 20 grama u flašici jasno čitljivim nadpisom »Driemkova tinktura« 5—10—15 kapi u zličici vode.

Dowerov prašak 10 komada po 0.10 gr. u škatuljici; 3—4 praška na dan za kašalj i proljev. Za proljev uzimaju se dva tri puta na dan i driemkove kapi. Amo spadaju i pod broj 6. navedeni čajevi.

4. **Liekove za želudac;** tinktura od ruveda (Rhabarber) 40 do 50 grama u staklenici; 1 do 2 kavene žličice na dan; kad tko izgubi apetit na jelo. Šumanov praška jedna kutijica, onda jedna Seidlitzovim praškom. Kada i kako se daje šumavi prašak vidi »Šumavi prašak«.

Seidlitzov prašak upotrebljuje se, kad uz korist, koju imaš od šumavog praška, želiš, da još i stolicu imaš. Ovaj prašak po tom spada i medju

5. **Čistila** ili liekove za očišćenje; ricinovo ulje (bieli zejtin) 40 do 50 grama, u staklenici. Daje se od njega 1, 2—3 žlice. Kad ima da se više puta uzima, treba da prodje od jednog obroka do drugoga 2—3 sata. Djeci daj malu ili kavenu žličicu tog ulja. Ricinovo ulje daje se u toploj juhi, mlieku, čaju ili crnoj kavi.

Karlsbadske soli, 100 grama u staklenici sa širokim grlom. Uzima se na tašte i to 1—2 kavene žlice. Raztopi sol u čaši tople vode.

Pržene magnezije; spremi ju i davaj kao i Karlsbadsku sol.

Senžermenski čaj (St. Germain) 50 grama; spremi ga u kesicu od papira. Uzmi kavenu žličicu vrhom punu na obarak od $^1/_8$ litre vrele vode. Pij ga na večer prije nego legneš; prema jutru izaći ćeš za rad sebe. Možeš ga po volji i zasladiti.

6. **Njekoliko vrsti čaja.** Čaj daje se, kad tko ima grč u želudcu, trbobolju, nadimanje, kad se komu smuči itd.

Kamilice ili titrice, metvice, narančov cviet, odoljen (Baldrian), od svakog po 40 grama. Drži u papirnatoj kesici. Uzmi kavenu žličicu na $^1/_8$ litre kipuće **vode.**

7. **Liekove, koji na znojenje potiču.**

Bazgov i lipin cviet; od svakog po 40 grama u papirnatoj kesici. Pripravlja se kao i pod 6. opisani čajevi. Što vrući čaj piješ, tim prije ćeš se znojiti.

8. **Liekove, s kojima se proljev ustavlja.**

Dowerov prašak, koji je već prije spomenut; driemkova tinktura i tanin (trieslov) prašak. Imaj u pripravi 10 prašaka, svaki po 20 centig. smiešan sa 1 gramom bielog šećera. Spremi u kutijicu. Uzima se svaka 2—3 sata po ½ praška u žlici vode.

9. **Bljuvala, povraćala.** Nabavi sebi 10 prašaka, svaki da je složen ili smiešan sa 10 grama sumporo-kiselog bakra, 50 grama škrobi i bieloga šećera.

Daj svakih 10 minuta po jedan prašak, dok ne nastupi bljuvanje. Taj liek daje se samo u osobito važnim prilikama, na pr. onda, kad se tko otruje ili kad se bojiš, da bi se tko od upale u grlu udušiti mogao. Samo u takovim prilikama smiješ taj prašak bez odredbe liečnikove davati, inače ne.

Osim ovih najvažnijih liekova, koji su domaćoj ljekarni neobhodno nuždni, dobro je, da nabaviš još liekove i sprave:

Čaj za prsa i sljezov čaj; od svakoga po 60 grama; drži u papirnatoj kesici; daj, kad tko ima katar disala.

Dvojno-ugljeno-kiseli natron (Bicarbonas sodae), 100 grama; čuvaj u staklenici. Daj po 1 kašičicu kad tko ima žgaravicu ili kad se komu podriguje. Isto tako djeluje, kad piješ soda-vodu.

Jod tinkture 30 grama u jednoj staklenici sa staklenim čepom, za mazanje, kad koga gdje koža boli, kad su žliezde otekle, kad ima čvorova od uloga, nazebine itd.

Cold-cream 25 grama u porculanskoj posudi za mazanje izpucale kože.

Gorušični papir ili gorušično brašno.

Priljepiv melem (Heftpflaster) i englezko ljepilo (Englischpflaster).

Štrcaljku za uštrcavanje.

Dosta čiste, desinficirane vate, hydrophil-gaza i dosta veliku bocu sa 2% karbolnom raztopinom.

Njekoliko kompresa t. j. četverouglastih ili dugoljastih krpa za obloge i njekoliko dugačkih povoja od Calicota.

Napokon neka ni jedna domaća ljekarna ne bude bez toplomjera za bolestnike i jednoga za kupelj.

Flašice i škatuljice moraju biti točno označene nadpisom, što sadržavaju.

Ako ima tko u kući bolest, koja duže traje ili koja se kroz njeko vrieme opet povraća, to će domaćin svojoj ljekarni pridružiti liek i za onu bolest, koju liečnik u toj kući lieči. Kada i kako se liekovi iz domaće ljekarne upotrebljuju, rečeno je naročito kod svake pojedine bolesti.

Pravilom neka ti bude, da uzmeš liek iz svoje domaće ljekarne samo u osobito važnom slučaju.

LISTER.

Ovoga neumornoga radnika na polju kirurgičnog znanja ide neumrla zasluga, da se u naše vrieme bez ikakove opasnosti po život i zdravlje čovječje, obavljaju operacije, na kakove su se liečnici još

prije kakovih tridesetak godina težkom mukom odvažili, jer su gotovo svaki put sa očitom opasnosti bile skopčane.

Listerov postupak ide za tim, da se u prvom redu očuvaju rane od zaraze gljivica i bakterija, koje se u zraku oko bolestnika nalaze. Ovo se postizava najtočnijom čistoćom kirurgičnoga orudja, sprava, stvari, kojima se služe pri izpiranju rana te povoja, kojima se rane zavijaju. Ovakav postupak sa ranama zove se jednostavno Listerov način.

Listerovo iznašašće je najblagoslovljenije djelo i najboljim uspjehom okrunjeno, što ga dosad kirurgična znanost poznaje.

Lister, profesor kirurgije u Londonu, prvi je bio, koji je iznašao način i sredstva, kojima se zaraza do temelja uništuje; njegovo će ime i najkasniji potomci blagoslivljati.

LIŠAJI.

Lišaj (Flechte) je vlažni osip kože. S početka, kad se lišaj pojavi vide se po koži sitna zrnca, koja poslie rastu, te se od njih razviju mjehurići i bobice. Doskora se na površini posuše, te se lupe ili opadaju kao ljuskice ili krastice.

Ako ove krastice skineš, vidit ćeš, da je koža pod njima vlažna i crvenkasta.

Najglavnije obilježje ove bolesti je dosadni svrab. Tko od njeg strada, sve ga nješto podražuje, da se češe; od tog češanja koža se oko lišaja podražuje i upali.

Lišaj vidimo u svakakom obliku; sad izgleda kao bobice ili mjehurići, sad opet kao ljuskice. Izgledao kako mu drago, sve je to jedna te ista bolest.

Lišaj se može brzo pojaviti, pa se isto tako i brzo izgubiti; ovakovomu lišaju velimo, da je akutan. Kad prodje, pa se opet pojavi, kažemo da je kroničan.

Akutni lišaj vidit ćeš na licu, na spolovilu, po rukama i po nogama.

Kronični rado se pojavi po glavi, na vanjskom uhu, po stranama na licu kosom obraslim, po spolovilu, na medjici, po udovima; kadkad se razširi po svoj površini čovječje kože. Takovo stanje je onda veoma nesnosno.

Tko lišaj ima, po svem ga tielu koža svrbi, peče ga, te nema apetita na jelo i ne da mu se spavati.

Vlažni lišaj pojavit će se, ako na kožu nješto djeluje, kao lug, na pr. ako kožu mažemo štokakvom mašću, uljem, tinkturama i vodicama. Onda se zna pojaviti od veoma visoke ili sasvim nizke temperature na pr. kod pekara, pralja itd.

Parne kupelji i velika sunčana pripeka mogu isto tako uzrok biti, da se lišaj pojavi. Onda će se pokazati, kad se koža mehanično po-

dražuje na pr. kad tko kraste ima, pa se češe, kad ima vaši po tielu, kad ga svrbež muči. Tko nosi pojas, steznik ili podpasac, može na onom mjestu dobiti lišaj, gdje se koža steže i natiskuje.

Osim toga, što se lišaj pojavljuje izravno onda, kad se koža podražuje, pokazat će se i kod onih, koji pate od hrdjave probave, bliedobolje, škrofuloze i najposlie vidit ćemo, da je u mnogim obiteljima nasliedna bolest.

Ako hoćemo da ga liečimo, moramo da razgledamo, što mu je uzrok.

Ako mu je uzrok zanat one osobe na pr. kod pekara, kod onih, koji vatru lože kod parnih strojeva, kod pralja itd. to ćemo im kazati, ako žele, da im se više ne povraća, da se kane onoga zanata.

Ako mu je uzrok koja od navedenih bolesti, to se mora najprije bolest izliečiti, pa kad bolestnik ozdravi, izgubit će se i lišaj sam po sebi bez ikakovog liečenja.

Najglavniji liekovi da utamanimo lišaj jesu: voda, mast i katran.

Tko ima akutan lišaj, pomoći će si, ako se polieva hladnom vodom ili zamata i oblaže ona mjesta, gdje ga ima, mokrim krpama; a može i cielo tielo vodom polievati i u mokre ponjave povijati. Kako da to činiš, vidi: »Zamatanje«.

Tko ima kroničan lišaj, mora ga najprije namazati uljem ili mašćom, a to zato da odmekne. Ako koža pod njim nije vlažna, najbolje je da se katranom namaže.

Vlažnu kožu pod lišajem maži mašćom od cinka ili od boraksa. Od ove masti uzet ćeš toliko, da ti bude masti na krpici za hrbat od noža debljine, pa ćeš ju onda na lišaj priviti.

Ima li tko lišaj po glavi, neka se maže sapunenom žestom (Seifengeist) i vodom.

Kod vlažnog osipa treba kožu na onom mjestu, gdje se u pregibu tare, posuti brašnom od riže, škrobom, crvotočinom itd.

LIŠAJ IZJEDAJUĆI.

Već u staro doba poznat je izjedajući lišaj (zatorni lišaj, fressende Flechte, Lupus) kao vrlo hrdjava kožna bolest; već Hipokrat poznavao je ovu vrst lišaja, te ga je ocienio upravo onako, kakav i jest. Izjedajući lišaj pojavljuje se ovako:

Najprije se pokaže smedjo-crvena piknja na koži; mjesto može biti, gdje mu drago. Ova piknja raste malo po malo, dok biva tako velika, kao proseno zrno ili kao leća. Površina ove, do te veličine porasle piknje ili je gladka ili ima po njoj kao ljuskice.

Oko ove prve piknje ospu se malo po malo i druge isto takove, dok ih nema toliko, koliko bi mogao jedan filir pokriti; a znadu se

umnožiti, da im je površina kao jedna forinta velika. U blizini ovakove skupine pojavi se druga skupina ili odmah do prve skupine izbijaju i druge takove piknjice. Medju jednom skupinom i drugim piknjama, koje na novo izbijaju, može koža ostati sasvim zdrava.

Od ovoga osipa ne osjeća čovjek nikakovih boli.

Poslie se ovaj lišaj razširi, te mu površina ostaje ili sasvim ravna, pljosnata ili se po površini tvore čvorovi i grbine.

Pod kožom ležeća veziva izpijaju ovaj lišaj malo po malo, te na tom mjestu s vremenom ostane samo brazgotina. To se obično opaža, kad se lišaj samo površno širi, a nema ni čvorova, ni grbina; ili se na svom vrhu ognoji i gnojnica se razpadne.

Ako lišaj ne liečiš, to počima zatornom silom sve dalje i dalje harati; razjede i zatire ne samo kožu, već i dublja pod kožom ležeća veziva, kao što su: podkožno vezivo, mišice i tetiva (suhe žile). Lišaj prieči, da se ne mogu hraniti okolo ležeći živci i žile, zato i oni propadaju, dapače i ista kost može stradati.

Izjedajući lašaj ide i na opnu sluznicu. Možemo viditi, kako hara i uništuje nos, ustne, desni (mjesto oko zubi), nebcu, jezičac grkljana, pa i sam grkljan.

Najčešće se pojavljuje izjedajući lišaj po koži na licu, onda po rukama i nogama.

Kako smo prije spomenuli, ovaj lišaj malo po malo raste. Ima slučajeva, da je 10—15 godina rastao, pa se jedva opazilo, da je nješta porastao.

Kad izjedajući lišaj svoju uništujuću moć razvijati stane, onda je upravo strašan; tako može nos do temelja uništiti; na mjesto njega ostaje samo rupa, koja čitavo lice rugobom čini. To isto se može dogoditi i sa vanjskim uhom, sa jezičcem, sa grkljanom itd.

Kad ide na uda, može ih tako jako razoriti, da već ne mogu nikakav rad više vršiti.

I onda, kad iza njega samo zarastice ostanu, obično je čovjek nakazan.

Izjedajući lišaj nije po život opasan, ali je nemila bolest, jer čovjeka doživotno nesretnim učini.

Izjedajući lišaj drže liečnici dan danas tuberkulozom kože. Lieči se i vanjskim i nutarnjim liekovima. Nutarnji liekovi biti će samo onda od koristi, ako smo sigurni, što je uzrok ovomu pojavu, kao na pr. kod škrofuloze.

Da se lišaj dalje ne širi i da se zaprieči, da se od njeg čovjek ne nakazi, uspjeti ćemo jedino sa vanjskim liečenjem.

Za ovo upotrebljuju se izjedala (Aetzmittel) t. j. ljekarije, koje izgaraju poput jakog luga; onda ljekarije, koje tekućinu upijaju, a to

su katran, Jod glicerin i melem od žive. Na liekove prve vrsti spadaju: pakleni kamen (Höllenstein), jedak kali (Aetzkali), bečka jedka pasta, karbolna kiselina i galvanokaustika.

Nadalje se lieči i sa liečničkim orudjem.

Ovo liečenje sastoji se u tom, da se mjesto, gdje je izjedajući lišaj, šiljastim nožem bode, te se onda ona mjesta, gdje krv teče, natapaju karbolnom kiselinom. Ima i sprava nalik na žlicu, s kojom se sav lišaj do temelja izgrebe.

LOVORIKA.

Domovina lovorike (Lorber) je prednja Azija. U lišću toga drveta ima modričnine (Blausäure), od koje se pravi voda trešnjevica (Kirschlorberwasser). Liečnici ju prepisuju, da se uzrujana djelatnost srca utiša, razdraženi živci primire i grčevi prestanu. Daje se po 10—20 kapi više puta na dan.

U našim se predjelima mnogo lakše dobivaju gorki bademi, nego li lišće od lvorike, zato se od gorkih badema pravi isto takova liekovita vodica, te služi u istim prilikama, kao i voda trešnjevica.

LUDILO PIJANSTVA.

Ludilo pijanstva (Oenomanie, Säuferwahnsinn, Delirium potatorum) pojavlja se, kad se tko kronično otruje alkoholom; ovo ludilo dolazi od mnogoga i čestoga pijanstva. Ludilo pijanstva veoma štetno djeluje na mozag u glavi i na hrbtenjaču. Ponajprije takovom nesretniku oslabe duševne sposobnosti. Ludilo dolazi kao njeki nastup i to kad tko izvanredno mnogo alkoholičnog pića pije ili kad pijanicu silom uzdržiš, da ne pije više; nadalje može biti uzrok kakova druga bolest, jaka uzrujanost, ozleda itd.

Tko od pijanstva poludi, jako se boji; u svom ludilu sve misli, da ga tko proganja, da mu se stražari groze, da ga straše razbojnici i ubojice. Ili spavao ili bio budan, sve mu se čini, da male životinje, miševi, štakori itd. oko njega gramze; cielo mu tielo drhće neprestano, izgubi volju na jelo, nastupi podrigavanje i štucanje, onda i bljuvanje vodene sluzi, osobito u jutro, nesanica i nemir nigda ga ne ostavljaju, pri tom sve se hvali, da mu je dobro, da mu ništa ne fali. Kod onih, koji pivo piju, pojavljuje se ova bolest u debljini i podbuhlosti.

Poslie njekog vremena svrši se nastup, nesretnik sav klone od iznemoglosti i umre ili upade u dubok san, pa kad se probudi, opet se osjeća podpuno zdrav, kao što je i prije nastupa bio.

Najpametniji postupak sa takovim nesretnikom je taj, da se u njega i njegovu ludost što manje pačaš. Daj bolestniku hranu, koju će lahko probaviti i ne uzkrati mu sasvim piće, na koje se je naučio. Ako nije jako razdražen, možeš da ga pokušaš uspavati sa 8—10 driemkovih kapljica.

LUPANJE SRCA.

Svakomu srce neprestano bije i lupa, ono pokazuje, da radi. Obično ne osjećamo bijenje srca, izim ako ruku metnemo na ono mjesto, izpod kojega srce leži.

Istom kada srce tako jako lupa, da ćutimo i da osjećamo, kako na grudne stienke udara i da ove potrese, tada kažemo da imamo **lupanje srca** (Herzklopfen).

Ovako silno bijenje ili lupanje srca znak je, da srce silnije radi, nego je normalno u redu.

Silniji rad, dakle lupanje srca, može poteći od tjelesnog napora, kod kojega moraš brže i jače disati, a time se tad i rad srca poveća ili usili. Može nastati uslied fizične uzrujanosti, a tu živci potiču srce na brži rad. Lupanju srca može uzrok biti i bolest na srcu. Ono se tad muči i da nadomjesti, što je manjkavo.

Pojavi li se lupanje srca, što se je čovjek radom umorio ili uzrujao, to ovo nije od nikakove važnosti, jer obično prodje, čim se umiriš i odmoriš. Potiče li od bolesti na srcu, treba liečiti srčanu bolju, pa će lupanje samo po sebi proći.

Lupanje srca imaju osjetljive, bliede i slabunjave djevojčice i žene, čim se malo uznemire. Ako se srce brzo ne smiri, treba uzeti 1 šumavi prašak, a na srce metati hladne obloge. Isto tako će lupanje srca brzo proći, ako na jedan mah izpiješ oveliku čašu frižke vode; lezi na uznak tako, da sasvim malo ili ništa pod glavom nemaš, pruži noge i ruke štogod možeš, leži tako njeko vrieme sasvim mirno, da se ništa ne mičeš. Radi tako svaki put, čim osjetiš, da ti srce jače bije i s vremenom će lupanje srca proći.

MAGNEZIJA.

Kada se počelo magnezije (gorčike) spoji sa kisikom, onda se od tog spajanja tvori osnova, koja nosi ime magnezija; a ako se ova spoji sa kiselinom, tad postanu od nje soli.

Takove soli jesu: ugljeno-kisela magnezija (Magnesiumcarbonat), mliečna gorčika (Magnesiumlactat) i citran gorčika (Magnesium citrat). Ako magnezija u želudac dospije, spaja se sa ondje se nalazećim kiselinama, te postanu soli, koje se lako tope; ove soli krv lahko u se prima ili ih kroz crievo izlučuje. Ako tko više magnezije uzme, otvori se od nje stolica, a na tim svojstvima temelji se uporaba magnezije kod različitih bolesti.

Magnezija daje se vrlo dobrim uspjehom, kad se odviše kiseline u želudcu tvori, kad se tko otruje kiselinama, naročito sumpornom, salitrenom (Salpetersäure), solnom kiselinom (Salzsäure), žestokim sirćetom (Essigsäure) i cecelinom kiselinom (Kleesäure). Ona se brzo sa ovim kiselinama spaja, te tvori sol, koja ne škodi stienci želudca, a uz to goni na dvor.

Sa arsenovom kiselinom spaja se magnezija tako kruto, da se nikako ne topi, niti od nje luči, za to je magnezija najbolji uztuk proti otrovanju arsenikom (sičanom, mišomorom).

Pržena magnezija daje se, kad tko ima grč u želudcu, grižu u trbuhu, žgaravicu i bljuvanje; daj po prilici pol do 2 grama na čašu vode.

Kao blago djelujući liek za stolicu osobito se cieni mliečnica od magnezije, a pravi se ovako:

8 grama magnezije i 40 grama vode miešaj u porculanskoj posudi tako dugo, dok ne dodje do vrienja; tomu primiešaj 50 grama na prah stučenog šećera, da je riedka kaša. Sve ovo ciedi kroz fino sito, te mu još dodaj 20 grama malinove vode.

Tko hoće da dobije mehku i lahku stolicu, neka popije polovicu ove mliečnice.



Sl. 59. — Mak.

MAK.

U maku ima morfija; radi njega spominju se makove glavice u liekarstvu.

Nu pošto sadržina morfija nije u svakom maku jednaka, bolje je, da se sam morfij upotriebi, nego makove glavice. Čist morfij je siguran i točan liek.

Prosti puk kuha makove glavice u vodi ili u mlieku, pa tim djecu napaja, da bolje spavaju.

Mnoga djeca su se već takovim napitkom otrovala. Nu ako se diete baš i ne otruje, to je takav napitak ipak vrlo škodljiv i upravo opasan, jer se je opazilo, da su djeca, koju su vodom od makovih glavica napajali, u duševnom razvitku zaostali.

Sirup, što se pravi od makovih glavica, daje se kao liek proti grčevima. Daj po kavenu žličicu svaki put.

Od makovog sjemena i makovog ulja pravi se mliečnica, koja se daje, kad tko ima grčeve.

MED.

Med sastoji se većim dielom od grождjanog šećera i šećera druge, manje važne vrsti. U medu ima vode i bjelančevine, mravlje kiseline i soli.

Pčele radilice sisaju sok iz raznog cvieća, te od njeg prave med.

U ljekarni upotrebljuje se kao dodatak, da se ukusnijom učini po gdjekoja vodica, kojom treba usta i grlo ispirati ili kad se ima grlo kistom mazati.

Kiseli med (med s octom), 2 : 1, ukuha se tako dugo, dok je gust kao sirup, te se tada primieša raznim miksturama.

Ukuhani med rabi narod obično kad tko ima katar disala. U nekojim predjelima primiešaju takovom sgušćenom medu i soka od hrena.

Med je na glasu kao dobra hrana ne samo sbog šećera, što je u njem, nego i radi toga, jer pobudjuje probavu.

Jede se čist i s kruhom ili žemljom, a prave se od njeg i medeni kolači (»paprenjaci«).

Kad se med smieša s vodom te se provari, dobije se zdravo piće, medovnicu. U našem je narodu od pamtivieka običaj, da se na badnjak i Božić pije medena rakija.

MEDJICA PREDRTA.

Obično se medjica (presriedak, Damm, Perineum) dere onaj čas, kad diete preko nje prelazi. Neobično velika glava, oporna koža, koja se nije dovoljno raztegnula, kliešte, kojima se vadi diete, prije nego se je vanjsko spolovilo dobro razširilo i najposlie nevješto držanje medjice od osobe, koja je radjajućoj ženi na pomoći, najviše su uzrok, da se medjica predre.

Najčešće će se predrti kod žena, koje prvi put radjaju i to će se dogoditi u 100 porodjaja po prilici 30 puta.

Kad se medjica predre, krvljenje je obično neznatno te će vrlo riedko kada nuždno biti, da se podveže koja žila kucavica. Rodilja ovakav priedor jedva osjeća, samo što ju zadrtine malo peku, osobito kad curi mokraća preko nje, — to je sve.

Samo vrlo malene i neznatne predrtine smiju se naravi prepustiti, da ih sama lieči. Čim je priedor veći, valja ga sašiti, jer svaki veći priedor može ženi za cieli njezin život biti izvor muka i neprilika. Rodnica i materica mogu se spustiti, dapače i spasti na takovu predrtu medjicu.

Da se ovomu zlu predusretne, sašiti će liečnik odmah iza poroda predrtu medjicu te će poslie osam do deset dana konce izvaditi. Medju tim se krajevi predrtine sljube, priedor sraste i rana obično podpuno zacieli. Za ono nekoliko dana, dok su konci u rani, treba ženi noge u koljenu ručnikom svezati, da se kako nesmotreno ne pomaknu i ranu ne otvore.

Priedor medjice može se i njekoliko dana poslie poroda, dapače i poslie njekoliko nedjelja sašiti, nu svakako je najbolje, da se taj posao što prije iza poroda obavi; zato se svima, kojima se ova neprilika dogodi, toplo savjetuje, da ne oklievaju liečiti se.

Osoba, koja rodilji pomaže, dakle primalja, položit će ju kad diete kroz ušće prolazi, postrance, pobočke, jer na taj način glava svojom težinom ne pritiskuje na medjicu, pa je i lakše medjicu držati u tom položaju.

Ako liečnik pozna, da su prilike takove, da ne će porod proći, a da se medjica ne predre, neće čekati, da mu se to na očigled dogodi, već će za vremena oprezno postrance nekoliko puta zarezati, da se prokolka dovoljno razširi. Ovako urezana prokolka brže i lakše će se srasti, nego medjica, koju je djetinja glava prodrla.

MESO.

Meso zovemo sve čėsti životinjskoga tiela, od kojih se jestvine pripravljaju te čovjeku za hranu služe. Od tih čėsti najveću cienu imaju mišice sa salom i lojem. Od životinje jede se i srce, pluća, jetra, bubrezi, slezena, mozag, jezik, štitna žliezda (Schilddrüse), vime i krv.

Ljudi jedu meso od ovih životinja: od goveda, teleta, svinje, ovce, konja, koze, bivola, medvjeda, jelena, srne, zeca; onda od riba, ptica, raka, oštriga i mnogih drugih vještački priugotovljenih jela životinjskoga tiela, koja prema svojoj skupoj cieni nisu svaki put tečna i hraniva.

Meso sastoji se od mesnoga vlakna i mesnoga soka. Kakvoća mesnoga vlakna čini vrlinu mesa, to jest, kakva su ova, po tome i razlikujemo razne vrsti mesa.

Što su mesna vlakna mekša i nježnija to će se meso laglje probaviti, a što su tvrdja i kruća, to će meso želudac teže probaviti.

Čim je meso vlažnije i rahlije, tim više vodenih sastojina ima, tim se laglje probavlja, ali je zato manje hranivo. Ovakovo meso imaju mlade životinje.

Mesna vlakna, koja nisu od naravi mehka i prhka, treba da zna gospodarica tako prirediti, da ih želudac lahko prokuhati može.

Odviše bi bilo, kad bi se u sve potankosti kod pripravljanja mesa upustili; označit ćemo samo u tom pogledu najvažnije.

Kad se meso kuha, izvuče voda njekoje sastojine iz njega, a ove prelaze u juhu. Ne možemo kazati, da meso kod ovakvoga priugotavljenja gubi svu hranivost, ono samo gubi sastojine, koje osvježuju i kriepe, a to su soli i organičke osnove, kreatin itd. Mesne juhe dakle osobito valjaju za bolestnike, koji su težku bolest prebolili, te kojima želimo sile opet pobuditi i dići, ali još ne smijemo želudcu dozvoliti, da se bavi prokuhanjem snažnije hrane.

Meso gubi vodene sastojine, kad se kuha, ono je tad manje tečno, a i mesna vlakna bivaju kuhanjem čvršća; takovo se meso nješto teže probavlja.

Vareno ili **kuhano meso** nije prikladna hrana za bolestnika.

Pečeno meso ili pečenka ima u sebi sve tečne sastojine mesa; ono dakle valja i za zdravoga i za bolestnika, koji ne pati od sasvim slabe probave.

Kakvo ćemo meso komu za jelo pripraviti, zavisi o tom, kako tko koju vrst mesa probaviti može. Za pečenje valja govedje i ovčje meso, a krepčiju juhu dobiti ćemo od živadi, osobito od kokoši.

Sušeno meso teže se probavlja. A meso iz rasola nije ni tečno, ni hranivo.

Priesno meso, ako nije sasvim sitno sasječeno ili ako mu ne izvadiš sva tetiva, one biele suhe žilice, teže se probavlja, nego kuhano ili pečeno.

Sok, koji se dobiva, kad frižko meso sitno razrežemo, te ga izciedimo, vrlo je tečan i lahko se probavlja, ali ga treba prigotoviti mašćom, škrobom ili drugim kojim šećernim začinom.

Nije probitačno, da se jede priesno meso, jer u njem može da ima trihina ili iskrica.

Od životinje zavisi, da li je meso dobro, tečno i hranivo. Ono je valjano po starosti, spolu, stanju i hrani njegovoj, pa onda mnogo zavisi i od mjesta na tielu, sa kojega se uzima.

Meso mlade životinje obično je mehko, nježno i rumene boje, a ono stare životinje mršavo, tvrdo i tamne boje.

Meso pernatih životinja u prvoj godini je najnježnije i najtečnije.

Mršava teletina, kokošje i golubje meso pobieli, kad se kuha — »bielo meso«; — ovakovo meso, pa i divljač i nježna govedina najlakše se probavlja. Najteže želudac prokuha vrlo mastno i žilavo meso.

Sve druge čėsti životinjskog tiela, koje za hranu služe na pr. srce, jezik, bubrezi i t. d. neka jedu samo ljudi, koji imaju dobru probavu.

Meso od bolestne životinje, vodeno, gnojno i u obće meso, koje je počelo zaudarati ili ne izgleda, kao obično zdravo meso, ne smije se podnipošto za hranu pripraviti; od takovoga mesa mogao bi čovjek i opasno oboljeti.

METVICA.

U metvici (Pfefferminze, mentha piperita) ima tvar, koja pobudjuje opnu sluznicu u probavilu. Zato se od nje daje čaj, kad je probava poremećena, kad tko ima nadimanje, boli u trbuhu, grižu i bljuvanje.

Ulje od metvice upotrebljuje se za mazanje, kad tko ima kljenute ruke i noge. Nadalje se rabi za utiranje, zuboboliu i glavobolju.

Bonboni od metvice valjaju, kad je komu probava slaba, kad mu se smuči, bljuje itd. a prave se od šećera, jednakog diela metvičinog ulja i vinovice.

MICINA.

Micina (crni prišt, Karbunkel, Anthrax) u bitnosti nije drugo nego poganac, samo što je micina mnogo veća, te se uz mnogo silnije boli pojavljuje. Otok može da naraste kao šaka velik, jako je tvrd, te neizrecivo boli. I micina se gnoji, samo što gnojenje mnogo sporije biva i gnoj ne izlazi na jednom mjestu, kao kod poganca, već na više mjesta, tako da površina micine izgleda kao sito, kojemu na rupice gnoj izlazi.

Malo po malo razpadne se sva micina u gnojne tvari, koje u duboko ne zalaze. Ona razgrize vezivo na mjestu, gdje je, zato iza nje ondje ostaje zarastica.

Micina nije svaki put bez opasnosti. Kad se ona pojavi u staroga ili vrlo slaboga čovjeka, mogu boli i groznica od nje smrtonosni biti, ili se od nje krv otruje, pa bolestnik umre. Kad se micina kod starih ljudi pojavi, obično je onda opasna bolest.

Svaki put, kad tko ima micinu na vratu ili na drugom kojem mjestu, treba da za rana pozove liečnika, da je izdašno proreže.

MJEHURIĆI ZNOJNI.

Uslied velike vrućine čovjek kadkad mnogo znoja izlučuje. Znoj u tom slučaju ne probija kožu, već se pod površinom nabere te ju u vis diže, a po koži vide se mnogi sićušni mjehurići (Schweissfriesel).

Takovi znojni mjehurići vide se najčešće kod žena iza poroda, kad ju jako mnogo pokriju, samo da se što više i što prije znoji; a to isto opaža se i kod novorodjene djece s istih uzroka.

Ovi mjehurići nisu od nikakove važnosti, te će proći, čim se ukloni uzrok, radi kojega su se pojavile.

Komu je dugo čekati, da ti mjehurići sami po sebi prodju, može se hladnom vodom prati ili vinovicom trti i brašnom od riže posipati.

MJESEČARENJE.

Gjekoji ljudi vrlo čvrsto spavaju i tako živo sanjaju, da ne samo u snu govore, već pod utiskom čvrstoga sna iz postelje ustaju i hodaju, kao da su budni. U takovom stanju idu kadkad po mjestima, koja bi se njima, kao i svakom drugom opasna činila, da su budni. Stupaju po opasnim mjestima tako mirno i sigurno upravo zato, jer ne znadu za opasnost, koja nad njima lebdi. Ako se probude, dok su još na onakovom mjestu, mogu u veliko zlo upasti, jer se tad sjete, gdje su; odtuda ona od davnine poznata opomena, da se ne smije mjesečar imenom zvati.

Ne može se poreći, da nema ljudi, koji u snu hodaju, ali nije pravo, ni pametno, da im se u tom stanju drugo koje osobito svojstvo pripisuje, koje nemaju, kad su budni. Oni u snu čine koješta, što ne bi na javi činili, i to zato, jer kad su budni, nemaju dosta srčanosti za to djelo, pošto znadu, da im je čin s opasnosti skopčan. Dapače i zločin mogu takovi ljudi u snu izvesti, jer su u podpunom neznanju svojega čina.

Ovakovo stanje doveli su u savez sa mjesečinom, pa su zato takvoga čovjeka prozvali mjesečarom, jer ga tobož mjesec privlači i po svojoj volji amo tamo vodi. Mjesečina samo je u toliko sa mjesečarenjem u savezu, jer u prilog ide mjesečaru u njegovom hodanju te ga ljudi tad i viditi mogu.

Da se čovjek toga neprijatnoga stanja oslobodi, preporuča se, da se mjesečaru kod postelje namjesti korito, škaf ili druga kakova posuda s hladnom vodom. Čim mjesečar noću ustane, stati će u hladnu vodu, te će se probuditi.

Takav bolestnik obično ima slabe živce, a da mu ovi ojačaju, neka se kupa u hladnoj vodi ili neka se protira hladnim mokrim krpama; neka se kupa u kojoj tekućoj vodi ili u moru.

Ako vidiš, da se je mjesečar popeo na kakovo opasno mjesto, ne zovi ga, ne viči i ne diraj u njega, jer bi se probudio i zla dopao.

MJESEČNINA.

Mjesečnina (mjesečno čišćenje, žensko pranje, ženski cviet, Menstruation) naziva se pojav, koji se u ženskinja počam od dobe djevojačtva u stanovitom odsjeku vremena pojavlja. Ovaj pojav sbiva se u jajnicima, a ukaže se kao krvava tekućina iz spolovila. Ovo se u normalnim prilikama opaža redovito svakoga mjeseca, računajući mjesec po 28 dana, osim kad je žena trudna i kad ima diete na prsima.

Ovaj se krvotok po mnienju većine liečnika pripisati ima jajašcu, koje u jajniku dozrieva. Već u jajnicima navorodjenoga ženskoga

dieteta vide se oblici, od kojih će se s vremenom jajašca razviti. Nu istom kad je ženskinja spolno dozrela, javlja se periodično veći pritok krvi u jajnike. Uslied toga dozrieva jajašce, biva veće, ovoj mu se razpukne. Sada jajašce dolazi kroz jajovod u matericu, ovdje sve malo po malo gine (osim ako se oplodi), napokon obamre, smieša se sa krvavom tekućinom, koja u isto vrieme iz materice dolazi, te se izlije iz ženskoga spolovila.

Prva mjesečnina ne pojavljuje se u svih ženskinja istih godina; to odlučuje stanovita doba godina, osebnosti pojedine ženskinje, ljudsko pleme, kojemu spada i podneblje, u kojem živi. Obično plavuše kasnije dobiju mjesečninu, nego ženskinje smedje puti; isto tako kasnije se pojavlja u hladnijem podneblju, nego u toplom.

Ženskinje semitskoga poriekla prije su spolno zrele, nego kavkazkinje.

Mjesečnina se takodjer u različitim prilikama, bolje rekuć, neprilikama, u raznih osoba različito pojavlja. Jedno djevojče dobije ju ništa i ne sluteći, a drugu su prije toga dugo vrieme izmučile svakojake neprilike: glavobolja, krstobolja, težina u udima, neješa, nerazpoloženje, dapače i groznica.

Prvih godina mjesečnina još dosta neredovito dolazi, tekućina je više vodena, nego krvava, malo po malo dolazi sve točnije, biva krvavo, traje 3—4 dana. Posliednjega je dana nješto bliedja.

Neredovitu mjesečninu obično imaju bliedobolne djevojke.

Kao što je mjesečnina neredovita prvih godina, kad ju je ženska počela dobivati, isto je tako neredovita njekoliko godina prije, nego što će prestati t. j. kad u jajnicima prestaju jajašca dozrievati, koja su za razplod sposobna.

U to doba, kad će ženskinja sasvim svoje pranje izgubiti zna mjesečnina kadkad vrlo silna biti, pa je onda njekoliko mjeseci nikako nema. Opet druga ženskinja dobije pranje dva tri puta u mjesecu itd. dok napokon sasvim ne prestane.

Vrieme kad je ženska spolno zrela, obično traje 25—30 godina, dakle od 15. do 40.—50. godine života. No ima slučajeva, kad se je mjesečnina već i u 10. godini pojavila, pa je i ženska i preko 50 godina stara bila, a još je mjesečninu imala. Tako je jedna bila stara 10 godina, kad je prvu mjesečninu dobila, 12 godina joj je bilo, kad se je udala, 13. godine rodila 1. put, a sa 33 godine bila je baka t. j. imala unuče u naručju.

Ako je djevojka starija od 16—27 godina a mjesečninu još nema, znak je, da joj krv nije kako treba, onda treba nastojati, da ojača; za nju valjaju željezo, mlieko i vino.

Mjesečninu ima ženskinja obično bez boli i ništa ju prije mjesečnine ne uznemiruje. No ima slučajeva, kad je uz mjesečninu glavobolja, bljuvanje, stuživanje i boli u trbuhu, dapače i grčevi.

Bila mjesečnina bez boli ili se uz nju kakove neprijatnosti ili boli javile, svakako treba da ženskinja na se pazi i da se čuva dok je ima.

Tjelesnog naprezanja radom i duševne uzrujanosti neka se ženskinje za vrieme mjesečnine čuvaju.

Katar spolnih ustroja, dapače užgalina opne potrbušnice mogu biti posliedica prehlade, plesanja i kupanja za vrieme, kad mjesečnina traje.

Kad mjesečnina prodje, preporuča se ženskinjama, da se okupaju ne samo radi čistoće, već i sa zdravstvenih razloga.

MLIEKO.

Od svega, što čovjeku hranom služi, prvo mjesto zauzima mlieko, jer ima svoje sastojine, koje su nuždne, da se tielo hrani i da se od njih dalje razvija. Sastojine mlieka jesu: bjelančevina, naročito sirevina ili kazein, ugljeni hydrati, mliečni šećer, njekoliko vrsti soli i okrugle, sićušne kapljice masla.

Promjena, koja se mliekom u probavilu sbiva, je ova: mlieko se u želudcu od želudačne kiseline ukisne t. j. sirevina i maslo luče se od sirutke, u kojoj ima mliečnog šećera. Sirevina pretvori se želudačnim sokom i žući u bjelančevnu raztopinu, koju stienke crieva usišu te u tom stanju služi čovječjemu tielu za izhranu. To isto je i s maslom. Želudačnim sokom, trbušnom slinom i žući pretvori se maslo u mliečnicu, te isto tako kroz stienke crieva u krv dospije; a i sirutka (surovatka) ovako u krv prelazi. Kod sirutke pretvori se mliečni šećer u mliečnu kiselinu, koju krv u se prima.

Ponajprije je mlieko najbolja i najprikladnija hrana za novorodjenu djecu. Narav dala je radjajućoj ženi ustroj, iz kojega će njezin plod, čim ugleda svjetlo svieta, crpiti sebi hrane.

U svrhu ozdravljenja lieče se mnogi izključivo mliekom i to kad treba da se nadomjesti izgubljena sila, ali želudac ne podnosi nikakovu hranu, koja bi ga nadražila.

Liečenje mliekom upotrebljuje se kod težkih želudačnih bolesti, kao što su kronični katar, gnojnica ili rak rana u želudcu, nadalje kod bolesti pluća, a osobito, kad tko ima sušicu.

O liečenju izključivo sa mliekom, veli jedan čuveni liečnik: »Djeca, mladi ljudi, osobe, koje su jako nagle ćudi, ljudi, koji su sangvinične naravi obično dobro podnose mlieko; prija im, kad ga piju. Dočim mlitavi stvorovi, ljudi, koji su naučni, da piju žestoka pića, kojima se u želudcu mnogo kiseline tvori ili kojima se mnogo sluzi tvori u probavnom kanalu i mnogi stari ljudi ne mogu mlieko podnositi.

Ali ni oni neka nad mliekom ne izreknu prieki sud, nego, ako im liečnik liečenje s mliekom savjetuje, neka ga pokušaju piti, ne bi li se malo po malo na mlieko priučili.

Ima slučajeva, da su stariji ljudi mlieko još od djetinjstva mrzili, jer su mislili, da im škodi, pa kad su na to došli, da im želudac nije mogao drugu hranu podnieti, jer je sve, što su progutali, opet povratio, onda su počeli mlieko piti i naskoro se naučili, da im je to jedina hrana bila i jedini liek, s kojim su se od svoje bolesti izliečili.

Komu želudac ne može mlieko podnieti ili komu se od njeg gadi, neka pije svaki sat 1—2 žlice, tad će ga moći piti; malo po malo naučit će se na nj, te će moći i 2—3 litre na dan izpiti.

Od neprocienive vriednosti je mlieko, kad se tko otruje; ono mu čuva stienke želudca, da ih otrov ne najeda. Daj bolestniku da pije mnogo, vrlo mnogo mlieka, ali pri tom ne propusti, da tražiš liek ili proutotrov za ono, čim se je nesretnik otrovao.

MLIEKO BADEMOVO.

Bademovo mlieko (Mandelmilch) pravi se ovako: uzmi na ½ litre vode kakovih 18 badema (mandula), koji se najprije kipućom vodom opare, da im se može kožica oguliti. Oljušteni badem metni u avan (mužar, stupu), koji ne smije da je od željeza, stuci ih ovdje na drobno, pridodajuć malko vode. Kad si na sitno stuko, miešaj sve to više vodom, dok svu vodu, što si za mlieko bademovo uzeo, ne pritočiš, a od smjese ti riedka kaša postane. Ciedi sad tu kašu kroz gustu platnenu krpu, pa ju dobro izciedi. Prociedku primiešaj šećera, koliko već treba.

MOKRENJE U POSTELJU.

Ima osoba, koje preko dana mogu mokraću držati, no čim zaspiju, voda im se prolije, jer oćutnost mjehura nije tako velika, da bi se od nje spavajući probudio. Mišica, koja mokraćni mjehur zatvara, ne može dugo da se opire sili i tako voda poteče, a da ju spavajući i ne osjeti, da je mokar.

To isto može se dogoditi i onima, u kojih su mišice i oćutnost mokraćnog mjehura sasvim normalni, nu tako zaspiju čvrsto, da ih ni velika larma, ni vika, ni drmanje probuditi ne može.

Drugi opet tako živo sanja, da misli, da ide zarad sebe na obično mjesto, dok se ne probudi i ne osjeti, da je sve san bilo, samo mokra postelja da je istina. Ovomu više moralnomu, nego fizičnomu stanju obično su podvržena djeca i osobe u mladenačkoj dobi. Kad je organizam podpuno razvit, riedki su slučajevi, da bi tko u snu mokrio.

Kako ćemo izliečiti, tko nehotice u postelju mokri? Prema uzroku treba i lieka. Ako se tko namokri, što su mu mišice slabe, vidit ćemo, da je slabašan; treba onda nastojati, da mu se cieli tjelesni sustav pokriepi, pa će onda, pošto je snažniji, moći i mokraću držati.

Ovakovim bolestnicima daj dobru mesnu hranu, kadkad malo vina, daj mu tri puta na dan (prema starosti bolestnika) 10—20 kapi željeznih kapljica. Veoma je koristno, da si dotični pere cielo tielo u jutro i na večer hladnom vodom.

Ako je uzrok mokrenju čvrst san, lahko mu je lieka naći. Roditelji ili skrbnici neka na to paze, da im štićenik prije, nego što legne spavati, vodu pusti. Poslie njekoliko sati, kad se je naspavao, treba ga opet probuditi, da ide mokriti.

Neka paze, koliko sati preko dana može mokraću držati, a po tom neka ga onda i noćju bude. Kad ga budu redovito noćju dizali, naučit će se s vremenom na to, pa će se poslie i sam dizati, a i san neće mu više tako čvrst biti.

Liečnici lieče i preporučuju za ovu bolest munjinu (elektricitet). Vrlo pomaže, da se pusti voda sa kateterom od kovine. Kad se katetar u mokraćni mjehur uvede, treba ga u njem njekoliko sekunda podržati i ono mjesto, gdje je katetar uveden, sa dva prsta uhvatiti, da mokraća odmah ne izcuri. Nizka temperatura draži mjehur, a isto tako i onu mišicu, koja mokraćni mjehur zatvara. Još bolje je kad se uvede tako zvana hladeća badaljka (Kühlsonde).

Nadalje treba paziti, da ovoj slabosti podvrženi na večer mnogo ne piju ili što vodena ne jedu.

Diete kazniti radi toga, što se je namokrilo, nikako nije pametno; time upravo bi protivno postigli. Od samoga straha djetetu će se voda izmaknuti. Samo onu djecu, koja od lienosti ili prkosa to rade, treba kazniti. Bolje da ovakovoj djeci, na mjesto da ih kazniš, daješ kakav nedužni liek te ih uvjeriš, da će od njeg prestat mokriti. Uzdanje u liek čini, da će se u isti mah probuditi, kad mu se mokraćni mjehur razdraži i na vodu sili.

Ne možeš naći lieka, koji bi izključivo samo ovu bolest liečio. Jedini liek sastoji se u tom, da se kod slabašnih cieli organizam ojača. Svi hvaljeni liekovi, koji se proti mokrenju preporučuju, spadaju u nadriliečničtvo.

MORFIN.

Nijedan liek ne djeluje tako brzo i tako sigurno, kao morfin ili morphium. Pronašao ga je Sertürner god. 1805.

Morfin nalazi se u glavicama maka, dok su još mliečne, a pravi se od driemka (opij), koji je sastojina mliečnog soka makovih glavica. Čist morfin ima oblik bezbojnih sjajnih prizmenih ledaca, te je vrlo malo gorkoga kusa.

Kad se morfin spoji sa kiselinama tvore se razne soli, naime solno-kiseli (M. hydrochloricum), octeno-kiseli (M. aceticum) i sumporo-kiseli (M. sulfuricum) morfin.

U driemku ima morfina i još drugih sastojina, koje sasvim drugčije djeluju, nego morfin; zato je liek mnogo bolji i sigurniji, kad se čist morfin daje, nego kad se mjesto njega opij uzima, u kojem ima samo njeka čest morfina.

Prije, nego što je morfin pronadjen, imao je opij prvenstvo.

Oba lieka, opij i morfin, vrlo su dobro proučeni te se sasvim točno zna, gdje, kako i koliko koji od njih djelovati može. Obadva lieka idu u glavnom za tim, da se otupi osjećanje, da se čovjek opoji i u san uljulja. Nuzgredni, posebni njihovi učinci prije i poslie opajanja i sna sasvim su različni.

Opij pobudjuje, čim ga uzmeš, toplinu, razdražuje, bilo jače bije, te istom poslie nastaju pojavi, koji su kod oba lieka jednaka, dok morfin odmah djeluje, ali nema nikakovih predosjećaja. Osim toga driemak mnogo brže prestaje djelovati, nego morfin, ali zato ne draži želudac, kao morfin. Stuživanje i bljuvanje obično se pojave kod onoga, tko uzima morfin; a ako opij i dulje vremena uzimaš, riedko ćeš osjećati takove neprijatnosti.

Od opija jasno se vidi, da morfin valja kad želiš, da te primiri i da ti boli i grčevi prestanu, a da ti se toplina ne pojača i da se prije ne nadražiš.

Za osobe, kojima je želudac vrlo osjetljiv ili koje možebit od kakove želudačne bolesti stradaju, bolji je opij.

Morfin opet ima jednu prednost, koja čini, da ga više ciene i češće upotrebljuju, a to je, što je kemički proizvod, te mu se djelovanje točno opredieliti može, dok opij sa svojim različitim sastojinama često različito djeluje.

Morfin upotrebljuje se za mnoge bolesti. Obično se daje, kad treba da se bolestnik umiri i da mu boli i grčevi prestanu; samo se ne daje, kad želudac nije u redu.

Djeci daje se morfin, kao u obće opojni liekovi, samo izvanredno riedko, jer kod njih od njega mogu i moždjani aficirani biti.

Morfin daje se kao raztopina ili u obliku praška. Od raztopine, u kojoj ima 150 gr. vode i 50 centigr. morfina, daje se svaki sat po jedna velika žlica. Prašak od 1 centigrama morfina i ½ grama šećera može se 2, 3—4 puta na dan uzeti.

Najobičnije i najsigurnije liečenje morfinom je, kad se raztopina morfina sa Pravatzovom štrcaljkom pod kožu uštrca. Ako se uzme štrcaljka, u koju stane 10 centigrama vode, to ima u toj smjesi 1 ctgr. morfina. Takovo uštrcanje djeluje kadkad za čudo brzo. Prije nego će liečnik bolestniku morfin uštrcati, svijao se i stenjao bolestnik od

ljute boli; ne prodje njekoliko minuta, od kako mu se pod kožu uštrcalo, i on već nikakovih boli ne osjeća.

Kad tko ne može spavati ili ga silni kašalj muči, bolje je, da mu se morfin daje kao nutarnji liek .

Ovaj liek blagotvorno će djelovati, kad ga prepiše i rukovodi liečnik. Tko nije ljekarijama vješt, mogao bi od morfina velike neprilike imati.

MRENA SIVA.

Siva mrena (grauer Staar) je bolest oka, koja do podpune sliepoće vodi. Tko se podvrgne operaciji, može opet da progleda. Ova se operacija dva puta izvadja.

Prva operacija obavlja pripremu za »Iridektoniju«, t. j. izreže se komadić šarenice, da se zjenica razširi i poveća.

Ova operacija traje samo njekoliko hipova; obavlja se kokainom, te bolestnik od nje nikakove boli ne osjeća.

Rožnjača se zareže na gornjem kraju očne zaklopice. Liečnik kroz ovu ranicu prolazi malim klieščicama u prednji pregradak oka, uhvati šarenicu s nutarnje strane, izvuče je na onaj otvor, što ga je netom u rožnjači napravio, te jednim mahom odreže nožicama dio šarenice, što je kroz rožnjaču klieščicama izvukao. Zjenica sad je mnogo veća, izgubila je svoj okrugi oblik i dosiže do na kraj rožnjače. Sad se oko zaveže, poslie njekoliko dana ozdravila je rana i na rožnjači i na šarenici.

Iza njekoliko nedjelja obavlja se drugi dio operacije. Taj put vadi se leće.

Opet se zareže rožnjača, kao i kod prve operacije, kroz ovu ranicu prolazi liečnik iglom u prednji pregradak oka, razciepi čahuru od očinje leće te pritiskujući lagano na rožnjaču iztisne leće iz svoje čahure kroz zjenicu, koja je od prve operacije velika ostala.

I ova se operacija obavlja brzo, bez boli, kokainom. Mogu se i obje operacije u jedan mah obaviti, naime iridektomija i vadjenje leće.

Onda se oko zaveže i za osam do 10 dana bolestno je oko ozdravilo.

Operirani na ovo oko opet sve vidi, ako izgubljenu očinju leću nadomješta očalima, koja su nalik leći.

MUČNINA.

Obično se komu smučuje prije nego što će povraćati, akoprem čovjek kadkad povraća, a da mu se nije smučilo; isto tako zna se komu smučiti, a ne povraća.

Čim povratiš ili bljuješ, prestane ti se i smučiti. Ima li tkogod pokvaren želudac; pa mu se s toga smuči, neka nastoji, da što prije bljuje, pa će ga muka proći.

Ako ti nije pokvaren želudac uzrok, da ti se smuči, već kakova bolest želudca na pr. katar želudca, pij soda-vodu, šampanjca, šumavi prašak ili uzmi komadiće leda u usta, pa ih drži, dok se ne raztope ili pij vrlo studenu vodu.

Kadkad se komu smuči prije, nego će se onesviestiti; onda treba sve onako činiti, kao kad je tko u nesviestici.

MUHOMORKA.

Muhomorka (Fliegenschwamm) spada medju najotrovnije gljive. Mnogo puta su se ljudi njom otrovali ili za to, što su ju držali za dobru gljivu, koja se jede ili zato, što su s njome neoprezno muhe trovali, odtud joj i ime muhomorka.

Ova gljiva ima biel, iznutra šupalj struk; klobučić ili kapica joj ima 8—10 centim. u promjeru, boje je jasno-crvene, te po njoj ima bielih pjegica, kao ljuskice. Dolnja strana klobuka sastoji od bielih listića.

Kad se tko muhomorkom otruje, osjeća strašnu bol u želudcu i u trbuhu, silna žedja ga mori, bljuje, dobiva proljev, slabost ga spopadne, vrti mu se u glavi, bunca, trza ga, onesviesti se, dapače i grčevito se ukoči. U njekojim slučajevima otrovani ne bljuje i da mu daješ liek za bljuvanje, opet ne može bljuvati. Otrovanje pokazat će se 2—3 sata poslie, kako se je čovjek muhomorkom otrovao, te može već poslie 8—10 sati ili tek poslie 2—3 dana umrieti.



Sl. 60. — Muhomorka.

Ako otrovanje nije smrtonosno, to se oporavljenje povlači na mnogo dana i nedjelja, dapače i na mjesece.

Otrovanom daj što prije štogod na bljuvanje (najbolje bljuvaćeg srieša, 10—20 centigrama na 100 grama vode), i to ćeš davati svakih 10 minuta po jednu veliku žlicu ili mu daj što više mlake vode piti, pa mu poškaklji ždrielo prstom ili percem od gušćega pera.

Ako bi bljuvao ili ako nebi, treba mu svakako dati nješto na očišćenje. Najbolje je, da mu daješ 30 grama ricinovog ulja i to svaki sat po jednu kavenu žlicu.

Ako su pojavi više nervozni, kao umornost, nesviestica itd., onda mu daj vina, ruma ili konjaka. Samo se po sebi razumije, da treba odmah liečnika potražiti.

NAMETNICI.

Nametnici (Parasiten, Schmarotzer) čovječjega tiela zovu se životinjski i bilinski organizmi, kojima tielo čovječje za hranu služi, te koji u tielu samom ili na površini njegovoj bolesti prouzrokuju.

Oni u tielo i na tielo dospiju ili u zrelom stanju kao razvita životinjska ili bilinska tjelešca ili kao klica, jaje li sjeme.

Na bilinske nametnike spadaju sve vrsti gljivica, a na životinjske sve vrsti glista počam od trakavice do najtanje glistice, onda trihine i na koži i u njoj živuće životinjice, svrabni raztoč, razne vrsti uši, buhe i stjenice.

NARUKVICE.

Narukvice (Pulswärmer) jesu od vune pleteni ovoji za ručni sglob. Površni sloj žila čini, da ruke brzo studen osjećaju; zato se preporuča, da nose narukvice osobe, koje s rukama mnogo po zimi ili u vodi raditi moraju; prsti im se kod posla slobodno gibaju, zato ne mogu rukavice oblačiti; treba dakle da nose narukvice, da im ruke brzo ne ozebu.

NAVALA KRVI.

Kad krv mnogo više, nego što treba kojoj česti tiela pritiče, kažemo da je to navala krvi (Blutandrang, Congestion).

Navala krvi može nastati sasvim prirodnim načinom, kao što to biva u stanovito doba u pojedinim ustrojima. Nadalje što u krv dolaze sastojine, koje imaju to osobito svojstvo, da obticanje krvi samo na njekojoj česti silnijom čine i najposlie što krvi u njekojoj česti tiela manje ima, bud s kojega mu drago uzroka, te ona krv, koja bi ovdje biti morala, navali na drugu koju čest.

Vidimo kod duševnog rad, pri kojem se mozag trudi, da onda mnogo krvi prema glavi navali. Dotičnik osjeća u glavi vrućinu, zacrveni se, žile kucavice na glavi, čelu i sljepočnicama nabreknu i silno kucaju. Ovakovo stanje nazivamo u užem smislu navala krvi. Ova javlja se, kad probavilo jelo i pilo probavlja, krv navali prema želudcu, jetrima, crievima, žliezdi slinovki u trbuhu itd. Što čovjek iza jela i pila t. j. za vrieme probave osjeća, da je pun, težak i da ga nješto tišti, nema da se pripiše samo tomu, što mu se želudac natrpao hranom, nego to dolazi najviše od navale krvi u žile tih ustroja.

Svaki ustroj, koji više radi, više kisika troši, a jer kisik samo kroz krv u tielo dolazi, naravski treba više da pritiče onamo, gdje se radi, gdje se dakle više kisika troši.

Toj istoj navali krvi podvrženi su i spolni organi obojeg spola za vrieme spolnoga sdruženja; erekciji i prolivu sjemena jednog i znat-

nom tečenju sluzi drugog spola, uzrok je pojačani pritok krvi prema tim ustrojima.

Isto tako moramo pripisati napetost mišica naših udova pri ma kojem radu većoj navali krvi prema njima.

Ona krv, koja navali prema ustrojima, kad rade, dolazi od onih ustroja, koji se ne trude, već su na miru; u ovima je tada manje krvi.

Zato ne možemo da duševno radimo, kad smo se do mile volje najeli i napili; naprotiv, tko se onda iz svih sila lati duševnog posla, probava mu strada.

Vidili smo, kako krv sasvim naravskim načinom prema njekojim ustrojima navali. Takovu navalu krvi prema mozgu možemo i umjetno pobuditi, kad uzimamo alkohola ili etira, onda brzo djelujućim ljekovima, koji sile na dvor i najposlie što stavimo njekoje liekove, gdje hoćemo krv da priteče, a ti onda pobudjuju razdraženost i upalu i tim veći pritok krvi.

Kao što možemo umjetno pobuditi navalu krvi, isto tako možemo oduzeti, umanjiti pritok krvi u njekojim ustrojima, da ova onda navali onamo, gdje je više treba, gdje je dakle nuždnija.

Uplivom studeni koža se steže, a krv odavde uzmiče na korist niže ležećih slojeva. Ovaj se pojav mnogo puta umjetno proizvadja i to liečenja radi.

Iza velikoga gubitka krvi, kad mislimo, da će srce, pluća, mozag prestati bitisati, dovoditi ćemo tim plemenitim, za život toli važnim ustrojima nuždnu krv, da im rad za naviek ne ugasne, ovako: povijati ćemo kruto doljnja i gornja uda, da se ova od krvi izprazne, pa da ona krv priteče rečenim organima, koja su uslied silnog stradanja krvi ostala, da ih tako opet krvlju obskrbimo i za život spasimo.

Veća navala krvi tek onda može štetna biti, kad je onaj ustroj, prema kojemu je krv navalila, bolestan ili naginje na bolovanje.

Navala krvi može opasna biti kod onih, u kojih su žiljne stienke izrodjene, jer uslied većega pritoka krvi može koja žilica pući i krv se po mozgu razliti.

Navala krvi će opasna biti i za one, koji stradaju od bolesti moždjana, umobolni, padavičavi itd. To isto vriedi i za one, koji boluju na plućima i drugim organima.

Treba dobro paziti, da bolestni ustroj nije prisiljen na poslovanje, jer vidili smo, da većim radom i pritok krvi veći biva. Zato ne smije onaj, komu nisu prsa zdrava, trčati ni po gori se verati; bolestno oko ili koje strada od upale ne smije se baviti čitanjem ili radom finoga posla; a žena, koja ima boli u dolnjoj strani trbuha, mora se kaniti svega, što bi ju za spolno sbliženje razdražiti moglo.

U prijašnje vrieme liečili su bolestne ustroje od navale krvi pijavicama, rogovima, puštanjem krvi itd. Pošto su uvidili, da je takovim liečenjem cielokupnomu organizmu više štete nanešeno, nego što je hasna pojedinomu ustroju, odustali su od takovog liečenja.

Komu krv u glavu navali, neka se kani svega, što mu toj navali u prilog ide. Amo spada duševni napor, razdraženost, užitak žestokog pića.

Poremećeno obticanje krvi po ustrojima trbuha zna biti uzrok navali krvi prema glavi, zato mora dotični da se brine, da mu je probava uviek u redu i da redovito rad sebe izlazi.

Vruće kupelji, nečisti zrak u prostorijama, gdje se mnogo svieta skupi, kao što su kazališta, gostione, prepune crkve, osobito ljeti kad je silna žega, škode onima, koji od navale krvi stradaju.

Ako je krv jako u glavu navalila, treba metati hladne obloge ili leda na čelo, a noge spustiti u toplu vodu. Prieti li opasnost, valja metnuti gorušičnu kašu ili gorušični papir na listove, na prsa i zatiljak i klištiriti ga podražujućim klištirom (octom i soli).

U bolestnikovoj sobi treba da je najveća tišina, a bolestnik neka ništa ne govori, neka je sasvim miran, a glava neka mu visoko leži.

Kad ga malo po malo navala krvi prodje, može se malo prošetati u božjoj prirodi; pri tom neka pazi, da nadalje živi mirno i da se čuva svake uzrujanosti.

NAZEBA.

Nagla promjena topline ima znatan uticaj na naše tielo; isto tako upliviše na nas suhi i vlažni zrak, vjetar i hrdjavo vrieme. Osjećamo, kad iz tople sobe izadjemo na hladan zrak, kad nam je tielo znojno, a hladan vjetar nas zadahne. Ako se radi ovakovih osjećaja pojavi kakova bolest, kažemo, da smo nazebli ili se nahladili.

Svi ljudi ne osjećaju jednako ove različite promjene, koje na naše tielo djeluju. Nazeba ili nahlada na razne ljude različito djeluje.

Njekomu od nazebe stradaju organi za disanje, nos, ždrielo, grlo, dušnik i dušnice, drugi dobiva hunjavicu, zažeg u vratu, katar dušnika ili pluća; drugomu opet od nazebe stradaju uši, zubi i sglobovi, dobiva reumatizam itd. Treći opet radi nazebe boluje na organima, koji služe za probavu, dobiva katar u želudcu, u crievima, dodje mu proljev.

Kako ćemo se očuvati od ovoga tajnoga neprijatelja, koji nas tako iznebuha napasti zna?

Dva su sredstva, kojima se možemo od njega obraniti.

Prvo je otvrdnuće tiela, to jest da se naše tielo nagloj promjeni tako prilagoditi zna, da mu nahlada ništa ne škodi.

Drugo je, da se čuvamo od nazebe, t. j. da joj što više izbjegnemo.

Prvi način obrane, da tielo očvrstne, preporuča se zdravim i snažnim osobama, drugi nježnim i slabim ljudima, kojima bi otvrdnuće škoditi moglo.

Prvi način obrane dovoljno je opisan pod »otvrdnuće tiela«. Govoriti nam je samo o tom, kako ćemo nahladi izbjeći, čuvajući se od nje. Od nahlade očuvat ćemo se primjernim odielom i prikladnom toplom obućom.

Pod tim se ne razumieva, da bi se čovjek ljeti i zimi morao natrpati toplim haljinama, da s njega uviek znoj curi po onoj narodnoj: »do svetoga Duha ne svuci kožuha, a od svetoga Duha navuci kožuha«.

Haljine neka budu za ljeto laglje i manje tople, a za zimu i za hladnije dane vunene i toplije. Glavno je, da u njima ne osjećamo naglu promjenu vremena. Pri tom moramo paziti ne samo na toplinu vanjskoga zraka, već i na toplinu svoga vlastitoga tiela, jer obje topline ne stoje uviek u jednakom razmjerju.

Tako na pr. ako u plesnoj dvorani plešemo, pa izadjemo na zrak; čim smo plesali, biti će toplina našega tiela druga, pa tako i osjećaj vanjskoga zraka drugčiji, nego kad smo samo gledali, kako drugi plešu, pa onda na zrak izašli.

Voda će ti se drugčija učiniti, kad si se ljeti prije kupanja umorio težkim radom, pa onda u vodu zaronio, nego kad si se prije kupanja njeko vrieme mirno šetao.

Što je uzrok različitom osjećaju jednake topline?

Ništa drugo, nego kolanje krvi u našim žilama. Dakle vrlo velik uticaj na nazebu kako ljeti, tako zimi ima i obticanje krvi našega tiela ili naša vlastita toplina.

Sasvim drugi uticaj ima promjena topline na nas, kad nam krv u žilama mirno teče, nego kad je uzburkana, poput valova na moru. Iz rečenog stvoriti ćeš sebi dakle ovaj zaključak:

Nastoj, da naglu promjenu topline dočekaš jednakom razdiobom krvi u tvom organizmu, pazi da red u ovoj razdiobi vlada. Nemoj se podvrći naglој promjeni zraka i topline, kad si ugrijan, te osjećaš da imaš veći pritok krvi u plućima, u glavi, u grlu, u mišicama itd.

Ako se nisi od nazebe očuvati mogao, ne treba ju tad više ni spominjati, — onda treba liečiti bolest, kojoj je nazeba uzrok.

NEPROBAVNOST.

Kada se tko ne drži reda ili umjerenosti u jelu i pilu, onda dobije neznatni katar želudca, kojemu se obično pridruži i slaba groznica,

te mu tad probava strada, pak mu onda velimo, da je sebi želudac pokvario (Gastricismus, verdorbener Magen).

Njekoliko sati, a može bit istom na sutrašnji dan, kad se čovjek pretrpa jelom ili prepije, kad jede jelo, koje želudac mu ne može probaviti ili kad jede, što mu je gnjusno, — osjeća njeku zlovolju i umornost; često puta mu se zieva; časomice osjeća, da mu je zima, a časom mu je opet vruće; glava ga jako boli, čini mu se, da mu bol od strane izlazi, pa da mu se prema zatiljku proteže, uz to osjeća nješto težka u želudcu, što ga sveudilj pritiskuje. Podriguje mu se, jezik se bieli, usta mu se liepe, osjeća da mu njekakav smrad iz usta izlazi. To je slika pokvarene probave.

Ovi pojavi mogu se malo po malo izgubiti — ako se ne pridruži druga kakova neprilika, — probava i volja za jelo opet se povraćaju, te obilna stolica i mnogi, jako zaudarajući vjetrovi, što od njega idu obično završuju tu brzo prolaznu bolest.

Njekoji put pako sve to gore biva; glava boli, da bi čovjek od muke poludio, smuči mu se i najposlie bljuje sve, što u želudcu ima, upravo onako, kako je pojeo, a da želudac ni najmanje nije jelo prokuhao; iza bljuvanja ima kadkad vodenu stolicu, te je 1—2 dana nerazpoložen.

Najneugodnije što je pri tom, naime, glavobolja, mučnina i dosadni smrad iz želudca, prestaju odmah, čim se čovjek izbljuje.

Ovakova pokvarena probava ne treba, da se lieči, ona sama od sebe prolazi.

Kad probava nije jako pokvarena, a to je obično onda, kad glavobolja nije vrlo nesnosna i kad čovjeka ne sili na bljuvanje, dovoljno je, da jedan dan posti i da uzme šumeći ili Seidlitzov prašak.

Kad čovjeka jako glavobolja muči, kad ga često na bljuvanje sili, možeš mu na ruku ići, da se što prije izbljuje. Zato daj mu da pije mlake vode, čaj od titrice, jednu žlicu ulja ili slane vode.

Mnogomu je to tako gadno uzeti, da će se odmah izbljuvati.

Njekoji će bljuvati kad se po želudcu protare, kad jezičac prstom podražuje, kad turi prst u grlo. Tko se uz takovu pripomoć može izbljuvati, neka to slobodno čini, svakako je to bolje, nego da što za bljuvanje uzme.

Kad tko štogod za bljuvanje uzima, ne prodje ga to s lahkim kao što rečenim domaćim liekovima. Liek, koji se za bljuvanje uzima, podražuje želudac, a posliedica toga draženja duže traje i više je neprijatna, nego pokvarena probava sama, koja će uz post sama od sebe preći.

Kadkad je muka, koja se s neprobavnosti osjeća, tako nemila, da je čovjek prisiljen, da uzme liek za bljuvanje. U tom slučaju najbolje ćeš učiniti, da uzmeš 10 centigrama bljuvaćeg srieša (Brechweinstein) na 50 grama vode, svaki četvrt sata po jednu žlicu, dok ti ne

dodje bljuvanje. Ovaj liek nema ni mirisa, ni teka, zato se vrlo lako uzima.

Ako muka nikako ne će da prodje, ni onda, kad si se izbljuvao, dobro je, da piješ soda-vodu ili jednu šalicu čaja od metvice ili gutaj komadiće leda.

Tko može, neka pije šampanjca na mjesto soda-vode, ostalo vidi pod »bolesti želudca«.

NEPTUNOV POJAS.

Neptunov pojas zove se omot okolo trbuha te se od svih omota najčešće i najviše upotrebljuje. Da ima u obće tako zvanih univerzalnih liekova, to bi ovaj noćni, podražujući omot prije svega zaslužio to ime.

Neptunov pojas veoma blagotvorno djeluje u raznim bolestima, na pr. kod kašlja, hunjavice, navale krvi prema glavi, glavobolje, zubobolje, kod neješe (pomanjkanja teka), vrtoglavice, ospica, škrle-



Sl. 59. — Neptunov pojas ili trbušni omot, kako se privija u postelji (1. pokazuje vlažnu, 2. vunenu maramu).

tine, difterije, upale pluća, pošaline itd. riečju kod svih akutnih bolesti za cieloga trajanja, kadkada samo za njekoliko minuta, kadkada opet po više ura. Ali upotrebljuje se i kod kroničnih bolesti, kao na pr. kod škrofuloze u djece, naduvenoga trbuha, kod kroničnih bolesti želudca, nervoznosti itd. Gotovo sve biva bolje poslie ovoga omota, ako se blagovremeno pravi i vazda pri toplome tielu u toploj sobi ili postelji i tako dugo, kako je potrebno. Čudotvorno djeluje

ovaj omot kod bolesti ženskoga spolovila, kojih često poslie višegodišnjega trajanja uslied ovih omota nestaje. Pa i kod male djece, koja ne mogu spavati, vrlo dobro djeluje. Tako se djeca, koja po cielu noć plaču, odmah umire, kako im omotaš Neptunov pojas.



Sl. 60. — Neptunov pojas. Kako se počima privijati.

Za ovaj pojas treba da imaš njekoliko vunenih marama ili jedan vuneni komad na pr. shal ili dosta dugačak i širok povoj od flanela. Od toga neka je dosta, da se dva puta može omotati tielo. Onda uzmi jedan ili dva ručnika od krupnoga platna (ne sasvim nova, jer ovo ne upija vodu), umoći ih u 15—20° R. mlakoj vodi i dobro izciedi, pa ih onda položi ravno na vunenu maramu, ali tako, da je ova dolje i gore za 2—3 prsta duža.

Kako ćeš privijati taj oblog kad bolestnik leži u postelji?

Bolestnik neka sjedne u postelji, ili ako ne može sam, neka ga tkogod drži, a ti položi iza njega marame (dolje vunenu, a gore vlažnu platnenu), podigni mu košulju, položi ga onda u postelju tako, da mu ledja dodju na vlažnu maramu, privijaj onda ovu s jedne i s druge strane preko trbuha, onda isto tako vunenu, potegni ovu dobro dolje i gore, pak pri čvrsti sa njekoliko igala sapinjača (Sicherheitsnadeln). Onda potegni košulju preko ovoga omota i pokrij bolestnika što bolje (kod ženskih bolesti ne valja toplo pokriti).

Ako treba, da se taj omot privija u postelji samoj (vidi sl. 59.), onda položi omot onako, kako je gore rečeno, poprieko na postelju t. j. od jednoga ruba postelje do drugoga, upravo na ono mjesto, kamo bi došao trbuh, onda se svuci do košulje, podigni ovu, lezi na omot, privijaj ga preko trbuha, pa ga iglama pričvrsti.

Prije nego što ovakav oblog privijaš, vježbaj se sa suhim maramama.

Ako je bolestnik slabašan, a malo je topline u njem, neka je mokri rubac manji i ne tako debeo, kao kod kriepkih ljudi; a kod djece treba da je još manji; kod dojenčadi dosta je, ako uzmeš bieli žepni rubac.



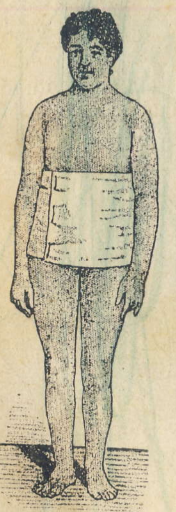
Sl. 61. — Neptunov pojas; privijanje.

Razumije se, da onda i topla marama mora biti manja.

Kod djece obično se upotrebljuju ručnik (peškir), koji se samo do polovine umoči u vodu, onda ga dobro izciedi, mokru polovinu metni na golo tielo, preko toga suhu polovinu ručnika i onda pokrij sve vunenom maramom.

Kako ćeš ovaj omot izvan postelje sam sebi privijati, pokazuju ti slike 60., 61. i 62. Najprije treba sve marame namotati (ako koja ima vrpce na kraju, treba odavle početi), onda ćeš stati pred posteljom ili blizu tople peći, pak ćeš najprije omotati oko sebe mokri rubac, počimajući s lieva na desno (slika 60.), onda od zada napried preko trbuha (slika 61.) i onda sve pričvrsti iglama (slika 62.) ili vrpcama. Ako češće upotrebljuješ ovakav omot, dobro ćeš činiti, ako na vunenoj marami prišiješ na jednom kraju niekoliko vrpcah.

Ako se ovaj omot stojeći privija (vidi sl. 63.), treba ga malo čvršće pritegnuti, nego onaj u postelji, jer je trbuh u stoljeća čovjeka napried spalim crievima veći i puniji, dok kod ležanja jedan dio crieva spadne prema prsištu.



Sl. 62. — Neptunov pojas; pričvršćen s iglama.

Ovaj drugi način radi toga je sgodniji, što se omot može i zimi privijati u toploj sobi ili blizu tople peći, što se u postelji ne može uviek činiti. Miesto mokre ponjave uzima se u novije vrieme i surova svila, jer ona manje hladi. Miesto ustojale vode možeš uzeti i hladnu vodu.

Kako djeluje ovakav omot?

Sasvim nizka temperatura omota, koji treba u što hladniju vodu namočiti, podražuje živce u koži. Ovo podraženje tim je silnije, što su obično one česti tiela, koje se većim dielom takovim pojasom opašu, naime trbuh, prsa i ledja, haljinama dobro pokrite, te su zato i vrlo osjetljive. Osobito su potrbušina i žličica vrlo osjetljive. Ovo osjećanje javlja se nehotičnim dubokim uzdahom; za koji čas čini ti se, da te je nješto u prsima stislo, da se moraš udušiti, čim metneš hladni omot na te česti; i bilo pri tom sporije bije.

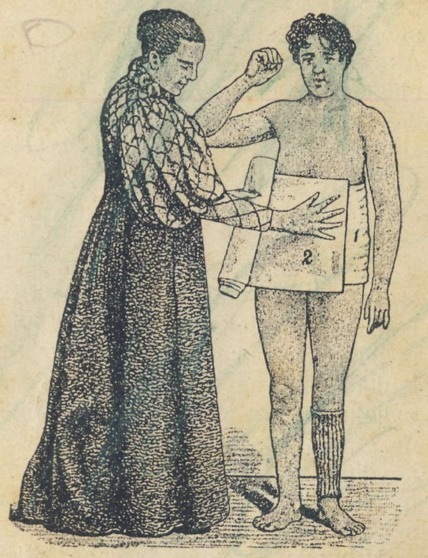
Kad se vlažni omot suhim dobro pokrije, odmah se toplina kože i toplina u omotu nalazeće se vlage izjednačuje. Omot sad ima istu toplinu, koju i koža, te ostaje i nadalje ovako topao, jer ga pokriva loš provodić topline, naime vunena marama, kojim je mokri povoj pokrit ili gutapercha, povošteno platno ili Billroth-batist. Uz ovakovu toplinu voda nalazeća se u platnu naskoro izhlapi. Vodenu paru ne ustavlja platneni rubac (t. j. ako nije ovaj pokrit još

povoštenim platnom), para probija kroz platno, ter dosta brzo izhlapi, mokri se omot posuši. Samo ako je mokri omot odasvud čim nepromočivim zavit, djeluje vodena para na kožu.

Vlažni omot ugrije se, ali će ohladiti od gornjega suhoga sloja, kojim je pokrit, para se sgusne, a oblog ostaje duže vlažan. U tom se sastoji razlika izmedju vlažnoga obloga, ako ga pokriješ samo suhim platnom ili ako povrh toga metneš još i vunenu maramu ili kakovu nepromočivu tvar.

Topla vodena para koja se razvija od vlažnoga omota, kad je pokrit nepromočivom tvari, draži žile u koži, one se uslied toga razšire, te im više krvi pritiče; takovim se dakle omotom i obticanje krvi pobudjuje.

Ovo brže obticanje krvi biva ovako: nizka temperatura omota čini, da se koža i žile pod njom stežu i manje bivaju; krv se povuče u unutarnje ustroje. Srce sad mora većom silom raditi, da odoli većoj navali krvi, a ova uslied toga u nutarnjim ustrojima brže kola. Medjutim se je i omot stopio, koža i žile pod njom počimaju se opet širiti, krv, koju srce većom silom potiskuje, navali sad svom snagom u otvorene i razširene žile, one se krvlju prenapune, sva se koža od krvi žari. Ovako se rad kože potiče, a s ovim radom skopčana je indirektna izmjena sokova. Direktnu korist imaju od toga oni ustroji, koji tik pod povojem leže n. pr. želudac, crieva itd.



Sl. 63. — Neptunov pojas; kako se stojećke privija. 1. mokri rubac, 2. vunena marama.

NERVOZNOST.

Nervoznost ili živčana slabost (Neurasthenie) zove se izvanredna razdraživost živčanog sustava. Ako tko strada od nervoznosti, onda mu živci, s kojima osjeća, od svake se malenkosti silno uzrujavaju, dočim pokretni živci oslabe. Tko je nervozan, vidi mu se već velika i nesnosna bol, što drugi jedva osjeća. Takovi su ljudi uzrujani, strastveni, pa kao što brzo i nepromišljeno sude, takvi su i kad što činiti imaju.

Njihov rad iznebuha bukne, te nigda nije postojan; u skoro se umore, osjećaju, da su slabi, pa se za svaku malenkost znadu uzrujati.

Razdraživost živčanog sustava opazit ćeš najčešće kod slabih, malokrvnih ljudi; onda kod bolestnika, koji imaju boli u želudcu ili kojim nisu spolni ustroji u redu. Nadalje su nervozne osobe, koje su razuzdano živile; napokon zna biti živčana slabost predteča koje bolesti hrbtenjače i mozga.

Osim ove živčane slabosti, koja je uviek posliedica druge bolesti,, ima još onakova, koja dolazi bez ikakvog povoda. Tu živčanu slabost punim pravom možemo nazvati »čedom naše dobe«. Odgoj i kulturni odnošaji učinili su, da se nervoznost niečim, »finim gospodstvu pristalim« smatra. Ova »neumjestno gospodska vrlina« samo se strogošću izkorieniti može, pa bilo to odgojem ili samo svladanjem samoga sebe.

Prvu vrst živčane slabosti izliečit ćeš, ako nastojiš, da se riešiš svega onoga, što je bilo uzrok, da su se živci razdražili i oslabili. Ako je slabokrvnost uzrok slabosti živaca, svladat ćeš ju valjanom njegom, mesom, vinom i svježim zrakom.

Nadalje su za ove bolesti na glasu liečenje hladnom vodom, morske kupelji, Krapinske Toplice, Gastein itd.

NESPAVANJE.

Nespavanje (nesan, bezsanica, Schlaflosigkeit) može nastati od raznih uticaja, na pr. kada tko kroz duže vrieme kasno ide spavati, kada se do njeko doba noći bavi duševnim radom, kada se komu noćju često san prekida, kad ga ljuti boli, osobito noćju uznemiruju, kad tko pije na večer prije, nego ide spavati, žestoka pića, koja ga opijaju ili pića, koja ga uzrujavaju, kao vino, pivo, kavu, čaj. Mnogi ne spava, jer ga muči svrab od kožnog osipa ili ima kakvu užgalinu kostiju ili drugo kakvo gnojenje; mnogomu ne ide san na oči, jer ga muči strah, žalost, briga itd. To su uzroci, s kojih čovjek ne može spavati.

Nespavanje može dvojako biti, podpuno i nepodpuno.

Nespavanje je podpuno, kada bolestnik gotovo nikad ne može da čvrst san prospava, koji bi nekoliko sati potrajao, već samo nekoliko minuta prospava, te kad se probudi čini mu se, kao da je dugo spavao.

Nespavanje je nepodpuno, kad tko legne na počinak, pa dugo ne može zaspati ili kad se rano probudi ili kad ima tako lagan san, da se odmah probudi, čim što šušne. Podpuno nespavanje čovječjem organizmu uviek škodi, a nepodpuno mora škoditi, ako duže vremena potraje.

Uredni život gotovo svaki put je dovoljan, da te nespavanje prodje, a kad si time pomoći ne možeš, morat ćeš štogod uzimati, da

bolje spavaš. Samo ne misli na narkotične liekove; ove smiješ uzeti samo u najskrajnijoj nuždi.

Što da radiš, da možeš spavati, neda se točno kazati; njekomu će san doći, ako izpije koju čašu vina ili piva; drugi ne može zaspati, dok ne popuši koju cigaru ili svoju lulicu; njeki opet, a to obično stariji ljudi, moraju prije spavanja popiti čašicu crne kave ili čaja.

Najvažnije za onoga, tko ne može spavati, je izbor spavaonice i njezine okolice. Lagan san obično se u čvrst i trajan san pretvara, ako čovjek spava u takovoj sobi, gdje ga ne buni ni lupa, ni štropot, ni šapat.

Spavaonica za osobe, koje lagan san imaju i u obće, koji dobro ne spavaju, neka je udaljena od puta, da u nju nikakav šum ne dopire; treba prozore dobro zastrti, da je tamno u sobi i ne treba dozvoliti, da tkogod u sobu ulazi ili izlazi, dok je čovjek u krevetu.

Razumije se, da i u susjednim sobama mora biti najveća tišina.

Tko želi, da dobar san prospava, ne smije tik pred tim, kad će na spavanje, ni jesti, ni opojna pića piti. Kad će u postelju poći, neka se prije toga opere hladnom vodom, i to po svem tielu. To čini ovako: pošto si jedno četvrt sata ležao u postelji, da je topla, ustani, umoći krupan složen ručnik u hladnu vodu, izciedi ga, ali ne sasvim, svuci se, pa njim operi svoje tielo, ali što brže, ne osuši se, obuci košulju i gaće, lezi u toplu postelju i dobro se pokrij. Za kratko vrieme ugrijat ćeš se, pa ćeš i zaspati.

Narkotični i opojni liekovi smiju se samo po odredbi liečnikovoj uzeti.

NESVIEST.

Nesviest (nesvjestica, Ohnmacht) zove se ono prolazno stanje, kada čovjek nije sviestan, gdje je i što se s njim sbiva; djelovanje mozga onda sasvim prestane.

Nesviest može slaba, težka ili duboka biti. Kad čovjeka slaba nesviest snadje, iznenada osjeća, da ga pamet ostavlja; ne može pravo viditi predmete, oko njega vrte se, u ušima zuji i bruji, čini mu se, da se pod njim pod ili zemlja izmiče, zato ne može čvrsto stajati, hoće da podje, ali ne može pravo koracati; čelo i uda su hladna, po čelu se znoji, lice i ustne probliede, potamni mu pred očima, ništa ne vidi i ne čuje, ujedno mu se i smuči, kadkad i bljuje. Kadkad brzo i iznenada padne, gdjekad još ima toliko sile, da se do kakove stolice ili naslonjača dovuče te sjedne. Bilo se sad jedva osjeća, disanje je vrlo slabo, kadkad se čini, kao da hrče, lice mu je upalo, kadšto je malo pri sviesti te se može i micati.

Gdjekoji put uz protezavicu, lahko trzanje ili grčevito potresanje opet k sebi dodje. Lice se odmah zacrveni, a tako se isto ruke i

noge stope. Kad se bolestnik osviesti, osjeća, da je slab, no u obće čini mu se, da mu je odlanulo.

Težka ili duboka nesviestica počima sa istim obilježjima, kao i lahka nesvjestica i u tom slučaju dodje iznebuha.

Ako je takova nesvjestica u največem stepenu, čovjek leži nepomičan; bilo mu sasvim slabo bije, jedva osjećaš, da diše, obično su mu oči otvorene i ukočene. U najviše slučajeva takav čovjek ništa ne osjeća, ali kadkad se dogodi, da sve čuje, što se oko njega sbiva, nu na svoje veliko zlo ne može se ni najmanje micati, niti što kazati. Možeš ga u takovoj nesvjestici bosti ili štipati, ipak se ne će probuditi, niti jedna mišica da mu se makne. Bolestnikov izgled ne mienja se, samo što je blied; organizam nikakav rad ne vrši, jedino što se čovjek znoji. U tom stanju bolestnik ne osjeća ni glad, ni žedju, pa da tako i njekoliko dana potraje, ne omršavi, niti osjeća da je gladan ili žedan, kad se osviesti.

Ovakovo stanje zna koji put i njekoliko dana trajati. Najviše i najteže od takove nesvjestice ženske stradaju.

Kad se čovjek osviesti i probudi, obično ničega se ne sjeća; no ima slučajeva, da onesvješteni sve zna pripoviedati, što su oko njega radili, dok je u nesvjestici ležao.

Nisu riedki slučajevi, da od ovakove nesvjestice i smrt nastupi.

Povod ovakovoj nesvjestici ponajviše su fizični utisci; kad na njekoga iznenada napada strah, groza, odurnost, ogav; onda silni utisci na ćutila, osobito na njuh, silne boli, izvanredno veliki stupanj topline ili studeni, jake električne struje, grom, udisanje pokvarenog zraka ili otrovnih plinova, potres moždjana, gubitak krvi, dugo gladovanje, prekomjerno natezanje mišica, radjanje kod žene i napokon silni pritok krvi ili pomanjkanje krvi u moždjanima.

Ove neprilike mogu, ali ne moraju biti povod nesvjestici; to sve ovisi o sili i jakosti pojedinca. Najviše naginju na nesvjesticu nervozne osobe; nerazmjerno više se onesvieste ženskinje, nego mužkarci.

Ponajprije čuvaj se svega, od čega bi se onesviestiti mogao.

Ako je tkogod u nesvjestici, otvori vrata i prozore, da čist i svjež zrak u sobu dodje, odkopčaj i razrieši, što je na njem skopčano i stegnuto, rubac oko vrata, steznik, pâs itd.

Ako je lice bliedo i čelo studeno, izvuci što mu je pod glavom, da ova niže leži; najbolje položi bolestnika tako, da ništa pod sobom nema. Ako mu je lice crveno i naduto, treba pod glavu podmetnuti jastuk, haljine itd., da mu glava povisoko leži. Škropi nesvjestnoga po licu hladnom vodom, peri mu čelo i sliepočnice octom, drži mu što jako mirišavo pod nos: etir, amoniak itd. Ako može gutati, daj mu malo hladne vode, konjaka ili na šećeru njekoliko kapi Hoffmanovih kapljica.

Ako budeš s onesviešćenim tako postupao, lahka nesvjestica brzo će proći. Kod duboke ili težke nesvjestice treba uz rečenu pripomoć, da bolestnika još trljaš, i to po ledjima, rukama i nogama; polievaj ga hladnom vodom i daj mu klištir octom.

Razumieva se da pri nesvjestici, koja duže traje, liečnika pozvati moraš.

NIŠADOR.

Nišador (amonijev klorid, Salmiak) upotrebljuje se kod bolesti disala, kad bolestnik težko izbacuje sluz ili hračke.

Osobito valja, kad tko ima kronični katar dušnika, pa mu je težko, da izbaci, što ga muči.

Prije su ga upotrebljavali i kod bolesti trbuha, jetara, slezena i materice; danas ne daje se u tim prilikama.

Nišador uzima se 3, 4—5 grama na jedan ili dva sata po jednu žlicu; da ima bolji kus, dodaje se njekoliko grama od soka sladkoga drvca. Nišadorovi bonboni osobito su obljubljeni kod onih, koji imadu kroničnu bolest disala.

Nišadorova žesta daje se pod nos, kad se tko onesviesti.

NOGA ČOTAVA.

Tko ima čotavu ili plosnu nogu (Plattfuss), tomu je nutarnja strana noge niža od vanjske. Poplat ili taban dotiče se vodoravno podloge od svih strana.



Sl. 64. — Čotava noga.

Čotava noga riedko je kad od poroda, ona obično tečajem vremena nastaje i to s toga, jer sveze na nozi malo po malo oslabe i popuštaju. Ako je noga samo malo čotava (vidi sl. 64.), ne smeta ni najmanje, kad čovjek hoda; samo ako ima takav zanat, pri kojem mnogo hodati ili stojati mora na pr. konobari, trgovci itd., onda čotava noga sve gora biva i čovjek ima od nje razne neprilike.



Sl. 65. — Veoma čotava noga.

Onda ćeš si pomoći, ako dadeš obuću tako napraviti, da se noga ne može po volji razširiti. Neka obuću postolar s nutarnje strane po sredini deblju napravi, da ima oblik, koji pristoji uz normalnu nogu. Kad ovako obuću obućeš, noga se ne može po volji širiti. Ili metni u oubuću po sredini debeo zaokrušen komadić plutove kore, koju treba koso odrezati, da uz nogu prilegne.

Ako je noga veoma čotava (vidi sl. 65.), onda čovjeka boli u nutarnjem gležnju kad hoda ili stoji, a te su mu boli nesnosne. Neka pita liečnika za savjet.

NOGE ZNOJNE.

Ne zna se pravo, što je uzrok, da se gdjekoji ljudi po njekim mjestima više znoje, nego što je u redu. Ti ljudi, koji se tako lako znoje, najviše se znoje po tabanima, po rukama, pod pazuhom, u pregibu stegna i medju bedrima.

Ovo nije samo dosadno, jer je tielo ondje uviek vlažno, nego taj znoj i znatno zaudara, osim toga je oštar, ojeda kožu, pa se ondje i užgalina kože pojavi.

Na nijednoj česti tiela ovo nije tako jako, kao po nogama (Schweissfüsse), jer u tiesnu obuću stisnuta noga ne može se izparivati, zato je ovo znojenje nogu najnesnosnije i najodurnije.

Od znoja omekša površina kože, te se ova guli, ojeda se i biva ranjava. Svaki put, kad čovjek nogom stupa, osjeća bol, jer se ranjava koža hodanjem natisne. Nožni prsti pri tom osobito stradaju. Smrad, koji se tad razvija, oduran je onomu, tko od njeg pati, a još više okolici njegovoj. Ovaj smrad ne razvija se od samoga znoja, već dolazi više odtuda, što znoj razieda obuću i čarape, što su na nogama. Ako onaj, tko od ovakog znojenja pati, često mienja čarape i obuću, ne će mu ni znoj, ni smrad toliko dodijavati, a okolica njegova možebit da ništa ni osjetit ne će.

Tim smo označili najvažnije i najnuždnije, što se ima činiti u takovom slučaju. Čistoća i opet čistoća, — često prati noge i često mienjati čarape i obuću glavna su sredstva, kojima ćeš zlo, ako ne sasvim uništiti, a ono bar snosnijim učiniti.

Zimi treba svaki dan po jedanput čarape mienjati, a ljeti treba to više puta na dan činiti.

Ondje, gdje samo znoj i smrad dodijavaju, gdje još nije došlo do toga, da se je i koža ojela, dosta je, da se čisto držiš i čarape mienjaš, uz to možeš čarape posuti praškom od sreza (Weinstein) ili praškom, koji se proti znojenju upotrebljuje. Ovaj je smiešan od salicilne kiseline i škroba, po 2 grama, a 50 grama magnezije.

Njekoji liečnici preporučuju, da se dosadni smrad uništi pranjem nogu sa 3% otopinom chloralhydrata.

Ako su noge već ranjene, to jest ako se je koža ojela, treba ih ovako liečiti.

Neka se najprije noge čisto operu i dobro osuše. Na lanenu krpicu namaži od melema toliko, koliko je debeo hrbat od noža; taj melem od jednakoga diela diachylon-melema i lanenog ulja. Privij melem za devet dana tri puta. Ovoliko mazanje obično je dosta, da noga

ozdravi. Ako ipak ne bi od toga ozdravile, treba melem opet ponoviti.

Kad noge ozdrave, treba ih čuvati, da se na novo ne raziedu, zato treba da se drži dotični svega onoga, što smo prije rekli.

Ima ljudi, koji misle, da bi bilo škodljivo, kad bi se znojenje nogu izliečilo; oni drže, da to tobož prieči, da se druga bolest ne razvija. To je sasvim krivo mnienje; znojenje nogu nije u nikakovom savezu s kakovom bolešću. Ne će nastati bolest s toga, što se čovjek ne znoji, nego se već njeka bolest u čovjeku razvija, jer se ne znoji.

NOS SMRDLJIV.

To je bolestno stanje nosa, koje se izdaje jako ružnim smradom; kadkada je nos začepit, a kadkada teče iz njeg krvavognojna tekućina. Da se bolestniku nos otvori, te da opet na nosnice disati može, mora čime čačkati, puhati ili useknuti se; pri tom izpadaju iz nosa zelenkasto-žuti ili sivi, suhi komadići sluzi, nalik na čepiće.

Smrdljiv nos dobije čovjek, kad ima u pokrajnim nosnim šupljinama kroničnu i gnojnu užgalinu i to u šupljinama kosti rešetnice i zagvozdače. Dno ovih šupljina dosta nizko leži, zato sluz iz njih u nosnu šupljinu težko izlazi; sluz, koja se u tim šupljinama tvori, raztvara se, t. j. gnije i tako gnjijući ružan smrad razvija. Uz ove neprilike bolestniku je glava težka, čini mu se, da ga nješto nad očima tišti, ima nesvjesticu. Ove neprilike dolaze, što je nos i pokrajne šupljine pun nečistoće. Vesela ćud i izhrana pri tom takodjer stradaju, jer se takav sam truje sa gadnim smradom, što iz njeg izlazi; a okolica njegova gleda, da mu se radi toga što dalje ukloni. Nadalje je vrlo dosadna pojava i to, što je takovom bolestniku grlo uviek suho. To se ima pripisati nedostatnom lučenju sluzi iz sluznih žliezda, kao da imaju sušicu. Jer mu je grlo suho, težko guta; napokon takav čovjek djelomice ili sasvim izgubi osjećaj za miris.



Sl. 66. — Štrcaljka nalik na loptu.

Liečenje sastoji se u tom, da se za vremena ukloni gnoj iz nosa i pokrajnih nosnih šupljina.

Najbolje se to čini aparatom, štrcaljkom nalik na loptu (vidi sliku 66.) sa spravom, kojom se uštrcava, u nos ili sa običnom štrcaljkom. Kad se u nos uštrcava, treba da ima na štrcaljki nastavak sgodan, da se turi u nosnicu; ovaj se turi u jednu nosnicu, a drugu ili nozdrvu drži bolestnik sa dva prsta zatvorenu, pri tom nagne glavu malo napried; tekućina, koja se uštrcava, dospije u nosne pokrajne šupljine, te pošto je njekoliko minuta druga nozdrva zatvorena bila, odmakne bolestnik prste, a

tekućina iztiče sada na tu drugu nozdrvu. Tako treba činiti sve dotle, dok nestane tekućine, koja se uštrcavati ima.

Za takovo uštrcavanje služi ½ do 1 litra mlake vode, u kojoj se 1—2—3 žlice chlor-kiselog kalija (Kali chloricum) raztopi. Uspjeh osjeća bolestnik mahom.

Nos nije više začepit, smrada je nestalo, glava nije više težka, bolestniku se čini, kan da se je preporodio. Istina, to ne traje bog zna kako dugo, zato se mora uštrcavanje često ponoviti.

Takovo uštrcavanje pravi se na dan 1—2 puta, tečajem više nedjelja, a možebit i mjeseci. Ako je tko duže vremena uštrcavao, može poslie svaki 2. ili 5. dapače i 8. dan jedanput uštrcati.

U novije vrieme upotrebljuje se i prah za šmrkanje za nos. Ovaj prah sastoji se od jednog diela jodoforma na 10 dielova arabske tekline (gumi arabicum); upotrebljuje se kao i burmut, a uspjeh je vrlo dobar.

Uz ovo liečenje treba bolestnik, da lieči i kriepi cieli organizam, jer ljudi, koji imaju smrdljiv nos, obično su bliedi i škrofulozni. Za takove osobe valja mesna hrana, vino, željezo, ribja mast, slane kupelji i t d.

OBJEŠENJE.

Smrt kod onoga, tko se objesi, nastupi uslied toga, što mu se grkljan stegne, te ne može zrak ni iz pluća, ni u pluća, t. j. ne može više disati. Ugljična kiselina, koja se u plućima nakupila, rado bi svojim naravskim putem iz tiela, nu ne može, jer je otvor, na koji ima da izadje, zatvoren; zato se sad po žilama razidje, te uslied toga tielo pomodri, naduva se. Obješenom izkoče oči iz očišta, lice pomodri. Radi toga, što je grkljan stegnut, ne može ni kisik u pluća, kolanje krvi prestaje, ne može pojedine organe hranom obskrbiti. Pri tom ponajprije strada mozag, zato obješeni i izgubi sviest. Odmah zatim i srce prestaje kucati, te nastupi smrt.

Dok srce još išta kuca, možeš se nadati, da će obješeni ipak još oživiti.

Smrt nastupi, kao što rekosno ili s toga, što se krv otrovala ugljičnom kiselinom ili s toga, što je koja žila u mozgu pukla (Apoplexia).

Opaziš li, da se je tko objesio, moraš gledati, nebi li ga životu opet povratio. Da budeš siguran, da li ima još života u njem, poslušaj ili prisluškivaj, čuješ li da srce kuca. Kapat ćeš mu gorući pečatni vosak na prsa ili ćeš zažariti kakovo željezo, te ćeš ga pritisnuti na grudi obješenog. Ako sad koža pocrveni oko onog mjesta, gdje si pečatni vosak kapnuo ili vrelo željezo pritisnuo, znak je, da je čovjek još živ. Možeš mu i ruku nječim čvrstim nad laktom stegnuti, — kao

kad bi htjeo krv pustiti — ako se sad podlaktica zacrveni, znak je, da se nesretnik spasiti može.

Dužnost je svakoga, čim vidi, da se tko objesio, da mu odmah uže ili ono, čim se objesio, prereže. Samo ako se na njem u istinu opažaju obilježja smrti, t. j. da je tielo već počelo zaudarati ili raztvarati, riešen si rečene dužnosti.

Kad uže prerežeš, moraš paziti, da nebi obješeni pao na tle, pa se ozledio.

Mahom treba, da mu i zamku popustiš oprezno, ne da ju silom povlačiš. Sada tek upotrebi rečena sredstva, da se osvjedočiš, ima li nade, da će se spasiti. Ujedno pošalji po liečnika i po redarstvo.



Sl. 67. — Vještačko disanje (oživljavanje) po Marshal-Hallu; 1. položaj.

Ako si se osvjedočio, da je obješeni zaista umro, ostavi lješinu na svom mjestu onako, kako si ju našao, ne diraj ni u njegove haljine, ni u što, što se oko njega nalazi. Vještaci suditi će po tom, da li je čovjek bio samoubojica ili je bio žrtva nasilja.

Ako si osjetio, da je čovjek živ, ne čekaj ni liečnika, ni redarstvo. Brza i vješta pomoć ovdje je od prieke potrebe. Razrieši mu sve, što mu prsa i vrat steže; nos i usta očisti od sluzi, što se je tamo nakupila. Sad mu pokrij usta tankom krpom ili maramicom, pa ćeš s tvojim ustima u njegova usta zrak duhati, a nos mu pri tom stisni. Ovako čini dok ne opaziš, da je nesretnik počeo disati. Ili upotrebi način, kojim se **vještački disanje** pobudjuje, onakav, kao što je opisano kod »kad se tko utopi«. A može se i ovaj način vještačkog disanja pokušati.

Obješenog položi potrbuške t. j. ledjima gore; pod grudni koš podmetni nješto, da prsa povisoko leže. Nadlakticu jedne ruke metni

mu pod glavu, da ova zemlji ne klone (prvi položaj, vidi sliku 67.). Sad ga okreni na stranu; ostavi pod njim što si pod grudni koš metnuo, kao i podlakticu (drugi položaj vidi sliku 68.). Brzo zatim opet ga okreni potrbuške (prvi položaj). I tako ga brzo jedno za drugim okreni čas postrance, čas potrbuške. To ćeš činiti po prilici 15 puta u jednoj minuti.

Ovako radi, dok bolestnik ne počme pravilno disati. Kako dugo treba disanje vieštački podpomagati, ne može se točno opredieliti. Kadkad već za kratko vrieme obamrli počme naravski disati, a



Sl. 68. — Vieštačko disanje (oživljenje) po Marschal Hallu, 2. položaj.

kadkad je nuždno, da se čitav sat, a kadkad i više s njim baviš. Pravilo neka ti bude, da disanje vieštački podpomažeš, dok nesretni ili ne počme disati ili dok se na njem obilježja smrti ne opaze. Uz to ćeš obješenoga po svem tielu trljati; opnu sluznicu u nosu podražiti davajući mu pod nos jako mirisave vodice ili podražujuće liekove, kao što su nišadorovica i sumporna kiselina. Sumpornu kiselinu možeš uviek pri ruci imati, a to ovako: upali sumporače, sumporne žigice, te ih drži obamrlom pod nos. Dobro ćeš učiniti da mu daješ klištir s octom. Uzet ćeš na jedan dio octa (sirćeta) tri diela vode. Drugi pokusi za oživljavanje, kao što su puštanje krvi, munjina, prorezavanje grkljana, spuštanje katetra u dušnik itd. samo su liečniku dozvoljeni.

OBLOG PRIESNITZOV.

Pod ovim imenom poznat je oblog, koji je samo iz početka hladan, poslie treba da se sve malo po malo stopi. Ovo dakle nije hladan, nego vlažno-topao oblog.

Prvi ga je počeo rabiti i to sjajnim uspjehom seljak u austrijskoj Šlezkoj, nieki Vinko Priesnitz. Pošto takav oblog velike usluge u raznim bolestima čini, dadoše mu ime njegovog izumitelja.

Na onaj dio tiela, koji se ima Priesnitzovim oblogom oblagati, metni najprije više puta složenu krpu ili platno, koju si prije namočio u što hladniju vodu, onda odmah izciedi vodu iz nje. Kad si ovako priredjen oblog na bolnu čest metnuo, pokrij ga odasvuda čim suhim tako, da od nikud zrak do njeg ne može doprieti, jer bi se inače oblog ohladio, te bi upravo protivno postigli, što smo Priesnitzovim oblogom namjeravali.

Ovakovi oblozi meću se u nuždi na glavu, prsa, trbuh, uda i t. d. (vidi »Neputnov pojas«).

OBLOZI.

Oblozi meću se u razne svrhe i na razne načine. Oblozima ponajprije svladamo bol, grčeve i upale. Prave se kao hladni i kao topli oblozi.

Kad treba da praviš hladne obloge, umoči složenu krpu, ubrus itd. u hladnu vodu ili ju metni na led, dobro ju izciedi te ju postavi na bolno miesto; ovaj oblog treba da često s drugim, isto tako priredjenim zamieniš.

Za tople obloge služe ili jednostavno ugrijane vunene marame ili topla kaša ili tako zvani Priesnitzov oblog (vidi ovaj).

Proti grčevima upotrebljuju se samo topli oblozi, osobito se dobrim uspjehom za bol i grč u želudcu rabi topli oblog od ugrijane soli, pieska ili brašna; piesak, brašno ili sol prži se na ognju te se metne u kesicu ili ubrus i postavi na želudac bolestnikov; oblog neka je tako topao, kako ga bolestnik podnieti može. Najviše se preporučuje brašno, jer je najmanje težko.

Kad želimo, da se upala ne pojavi, pravimo ponajviše hladne obloge. Ako se ovaj u pravo vrieme na takovo mjesto metne, nade je, da do upale doći ne će ili ako je i bude, biti će dosta slaba.

S ovim uspjehom spojeno je i drugo dobro, naime groznica ne će biti tako jaka, dakle hladni oblog valja i za groznicu. Ako nema nade, da će se upala razići, valja metnuti tople obloge, pa se onda meću tople kašice, pod kojima gnoj brže sazrije i bolest lakše prodje.

Kazano je, kakav oblog za koju bolest valja.

Nadalje se upotrebljuju oblozi, i to obično studeni, kad je krvarenje iz nutarnjih ustroja.

OBLOZI LEDOM.

U kojim se slučajevima oblozi ledom upotrebljuju, kazano je pod »led«.

Za obloge s ledom obično se meće led u kesicu od kaučuka ili svinski mjehur.

Kadkada ne može bolestnik podnieti jaku studen leda. Da se ova ublaži, metni mokre krpe na led, pa ih onako studene s leda metni na bolestnika.

Oblozi s ledom svakako su bolji, nego krpe, jer se tako brzo ne ugriju, ne moraju se svaki čas mienjati, a i posteljina se ne će nakvasiti.

ODCVIET ŽENSKI.

Odcviet ženski (žensko odcvietno doba, Wechseljahre, klimakterium) je ono doba u ženskome razvitku, kad jajnici prestanu plodonosna jajašca izlučivati; mjesečnine pri tom su neuredne, a napokon sasvim izostanu. Kod većine žena ovo doba nastaje bez osobitih promjena i da pri tom zdravlje ne postrada; nu njeke ženskinje opet, kad im se vrieme gubi, imaju razne bolesti i neprilike.

Ravnovrstne navale krvi muče ženu; mjesečnina ne dolazi po više mjeseci, pa se onda opet iznenada javlja i to silnim krvotokom. Ove neprilike, ako su sbilja s toga nastale, što se ženski cviet gubi, nisu od nikakove znamenitosti, nu često puta znadu se u ovo doba razvijati opasne potajne otekline na ustrojima, koji za razplodbu služe; zato će dobro učiniti ženskinja, da se dade od liečnika pregledati, kad gubi vrieme, a rečene se neprilike kod nje nadju, jer ako za vremena lieči bolest, koja se možebit razvijati počela, može težkoj i dugotrajnoj muci izbjeći.

Medju 40.—50. godinom života izgubi se žensko vrieme i tim se oplodba dovršuje, t. j. ženska od to doba nije više sposobna da zanese.

ODIELO.

Narav je svako stvorenje obskrbila nječim prikladnim, čim će se od škodljivog upliva vremena braniti. Naravska obrana je koža, dlake, perje i ljušture. Takova naravska obrana mienja se prema okolnostima, u kakove koje stvorenje dodje.

I pračovjek sigurno je bio naravskom obranom nadaren, ali čim se je na viši kulturni stepn popeo, nastojao je, da se umjetnim načinom brani i otme sili elementarnih pojava. Umjetnu obranu za svoje tielo našao je čovjek u odielu.

Odielo čini, da smo u stanju opirati se raznim nepogodama vremena, da nam one zdravlju ništa ne naškode. Odielo čini, da nam je moguće proputovati zemlje vrućega pojasa i mjesta vječnoga leda i snjega.

Iz rečenog daje se zaključiti, da je odielo u ono prvo doba samo za to bilo, da čovjek čuva svoje tielo od škodljivog upliva vremena. Malo po malo došli su i drugi zahtjevi na odielo; ono je trebalo da bude tako udešeno, kako će se čovjek u njem slobodno kretati i bez ikakove zapreke svoje poslove obavljati. Uz to se je napredujući um ljudski pobrinuo, da mu odielo i prikladno stoji, da ga i ukrasi.

Ova želja, da se čovjek odielom nakiti i diči, porodila je šaroliko čedo, **modu**, koja od pokoljenja na pokoljenje svoje lice mienja. Čim se je ovo čedo po svietu razgledati stalo, izgubilo je odielo mnogo od svoga prvobitnoga najglavnijega opredieljenja, da naime tielo podpuno čuva od vanjskoga škodljivoga upliva.

Modi nema što da se prigovara, dok ide za tim, da tjelesnu ljepotu još milovidnijom prikaže i dok kakav nedostatak ili manu na tielu sakrije, ali se mora strogo odsuditi i proti njoj ozbiljno vojevati, kad čovječje zdravlje krnji i narušuje.

Da vidimo, kakovo je odielo najprikladnije za glavu, vrat, prsa, doljnji dio trupa, noge i napokon obuća.

Glava čovječja ima svoju naravsku obranu, koja je najsgodnija, da ju čuva od nepogoda, a to su vlasi. Što glavu pokrivamo, činimo samo za to, da ju branimo od sunčane pripeke i da ju čuvamo, da ne pokisne.

Čuvamo ih od sunčanih zraka prikladnim širokim oblikom onoga, što na glavu mećemo, a od kiše branimo se praveći pokrivala za glavu od takove tvari, koja se ne promoći.

Za sunce rabe široki lahki šeširi, a za obranu proti kiši prave šešire od pusta, koji vodu ne propušta. Ljeti ćemo dakle nositi slamnate šešire, a za zimu nabavit ćemo trajnije praktične kape i pustene šešire.

Moda daje svakojake oblike i nakite šeširima, osobito onima, koje ženskinje nose, pa jer se one uz šešire još i kišobranom i suncobranom služe, nema što, da se o njihovom pokrivanju glave govori, jer se ono, pravo rekuć, samo ukrašenje nazvati može. Chignoni i tudje pletenice jesu zator naravskoj obrani glave, jer oni mnogo prieče razvitak kose. Vrlo je pametno, da se dan danas veoma riedko ili ništa više ne nose.

Komu ova naravska obrana manjka, t. j. tko je ćelav, bio muž, bila žena, neka nosi vlasulju; takovo pokrivalo glave vrlo je probitačno.

Vrat, pristanište raznih tvorina (jednjaka, dušnika, velikih krvnih žila i živaca) zahtieva što veću slobodu, da se valjano kretanje glave ničim ne prieči. Vrat dakle ne smije se nikada ničim čvrsto zaviti; ne smije se nikada takovim odielom zaodjeti, koje je tiesno, te ga tišti. Ako vratu podpunu slobodu ostaviš, možeš se tako priučiti, da mu ni jedna promjena vremena ne škodi ili bar ne onoliko, koliko dru-

gomu, koji u tom uživa, da vrat uviek toplo zavije. Zaodjeni vrat odielom lahkim, narednim i širokim. Njeki zaslužni okulista u Vratislavi pomnjivim posmatranjem svojih bolestnika osvjedočio se, da je mnogomu očnomu kataru uzrok tiesna ogrlica na košulji. Ova prieči slobodno odticanje krvi, krvne žile očiju naliju se krvlju, a ovaj odvišak krvi u tim žilama radja katar očiju. Siguran dokaz za ovo je to, što se je očni katar izgubio, čim je bolestnik počeo nositi široku ogrlicu.

Da je zamatanje vrata sa toplim šalovima i drugim toplim odielom vrlo škodljivo i da ovakav postupak, kojim se mislimo oda zla braniti, istom zlo gorjim pravi, jer se vrat raznieži te mu i svaki malo oštriji vjetrić škodi, — daje nam najljepši dokaz jedan evropejski liečnik, koji je dugo vrieme dvorski liečnik kod perzijskog šaha bio. On kaže: »U Perziji nigda nikoga vrat ne boli, tamo ne znaju za upalu vrata i za druge neprilike, koje su s upalom skopčane, i to zato, jer ondje vrat ničim ne zavijaju, niti što na vrat meću. Podneblje samo po sebi ne može biti uslov ovakovog zdravlja, jer i druga mjesta leže pod istim stupnjem širine, pa tamo se kao i kod nas za vratne bolesti zna; nu ondje se i drugčije nose, nego što se nose u Perziji.«

Prsa i doljnji dio trupa jesu česti tiela, koje još od davnine imaju privilegij da se odielom zaodjenu. Već prvi trag civilizacije zahtievao je, da se prikriju i zaodjenu one česti tiela, koje su sa spolnim životom u savezu. Ovo ograničilo se u prvo doba samo na spolovilo. Napredujuća civilizacija počela je sve više tielo zaodjevati, dok je na posliedku došla dotle, da se tielo odieva, kako se kaže, od glave do pete.

Pokrivajući tielo iskustvenom obranom t. j. odielom, počele su se pokrite česti razniežiti; tielo je izgubilo snagu, da se opire uplivu promjene vremena i tako je odielo, kojim su se samo spolne česti u prvo doba pokrivale, postalo sve više neprijatelj naravskoj obrani, dok ju nije sasvim utamanilo. Čovjek danas bez odiela nikako ne može biti, ako se misli očuvati, da ga nepogode vremena ne biju i konačno ne ubiju.

Da čovjek svoje zdravlje što bolje uzčuva, treba da mu je tielo pokrito lošim provodićem topline; t. j. treba da se zaodjene takovom materijom, koja toplinu sporo prima i sporo odaje. Ovo ćeš postići, ako tielo svoje okružiš zrakom, koji je gotovo iste topline, kakovo je i tvoje tielo.

Medju tvojim tielom i odielom, kojim si se odjenuo, nalazi se takav sloj zraka. Zadaća odiela je, da ovaj zrak očuva od vanjskoga upliva, t. j. da se toplina toga zraka, koji neposredno tvoje tielo okružuje, ne izjednači sa toplinom vanjskoga zraka.

Ako je dakle govor o toplom odielu, to se ne razumije odielo, koje će toplinu tvojemu tielu dati, već se razumije odielo, koje će toplinu tvojega vlastitoga tiela znati čuvati. Nikakovo odielo ne može tielu toplinu dati, ono mu ju može samo čuvati, da se sa toplinom vanjskoga zraka, koji nas u prirodi okružuje, ne izjednači. Ovomu zahtjevu najbolje odgovara vuna; zato su u svrhu, da se tjelesna toplina čuva, najbolja vunena odiela, koja se na samom tielu nose. Nu ovo vriedi za obranu tiela samo u predjelima, gdje je toplina zraka čestoj i naglој promjeni podvržena i u našem kraju, kad počima ljuti sjever oko naših stanova obletati i svoju tužnu pjesmu guditi, dok ga blagi, proljetnog sunca traci na trajno primirje ne prisile.

Ako si zdrav, odievaj se vunenim odielom samo zimi, a ljeti neka ti je odielo od takove tkanine, koja će dopustiti, da se zrak, koji tvoje tielo okružuje, lahko i bez ikakove zapreke može izmieniti sa vanjskim zrakom. Ujedno neka te odielo brani od žarke topline sunčane; pravi zato haljine od svjetle tkanine, jer takove boje ne upijaju sunčane trake, kao tamne i crne boje.

Koliko moramo paziti na valjani izbor tkanine za naše odielo, ne manje moramo paziti i na to, kako ćemo odielo dati sašiti.

U ljetu treba da se onaj sloj zraka, koji neposredno uz naše se tielo nalazi, lahko i brzo izmieniti može; zato treba, da je i odielo prostrano. Zimi naprotiv gledamo, da se taj sloj zraka našega tiela drži i da se brzo ne izmieni, zato ćemo se pobrinuti, da nam zimsko odielo tielu prilegne i da nije prostranije, nego što je nuždno, da se funkcije svih ustroja bez ikakove zapreke obavljati mogu.

Žene su po svojoj naravi više podvržene štokakvoj razdraživosti utrobnih organa (mjesečnina, trudnoća), nego mužkarci, zato im je i nuždnije, da doljnji dio trupa toplije drže, nego mužkarci, koji za te neprilike ne znaju.

Na istoj podlozi osniva se i nošenje gaća u ženskinja. Ženske gaće treba sašiti od toplije tkanine, nego mužke, jer mužki nose povrh gaća vunene ili suknene hlače, dok u ženskinja širokim suknjama svaki vjetrić lepрši te ih studeni zrak lahko podpuhuje.

O obući malo bi se imalo govoriti, da nije puste mode, jer naša je obuća sbilja vrlo praktično udešena, ona bo ima čvrstu podlogu i nepromočiv sve do gležnja, a kadkad i preko njega dosižući zavoj ili saru, u kojem se prikladno smješta stopalo i ostala, čarapom odjenuta noga.

Što je rečeno za odielo, valja i za čarape.

Obuća neka noge, koje moraju čitavo tielo nositi, u svom radu podupire. Svakim korakom, što ga napravimo, promieni se položaj nožnih košćica, kostiju doljnjega gnjata i mišičnih sveza. Različni, časoviti položaj rečenih tvorina ne smije obuća nikako obustavljati ili otežćati; obuća dakle ne smije tiesna biti; nu ne valja, ni da je pre-

široka, jer različite tvorine u nogama ištu, da u svom radu imaju i njeku podporu, a tu ne mogu imati, ako obuća oko nogu klapa, te se u njoj noga amo tamo nagiba. Najbolja je ona obuća, koja uz nogu sasvim prilegne, a da joj nije ni tiesna, ni široka.

Ako želiš, da ti obuća napravi od široke noge uzku, op pljosnate oblu, od velike malenu ili ako si rada s obućom postići, da si za njekoliko centimetara viši, pa si u tu svrhu dadeš visoke petice napraviti, koje je naš narod »kozje noge« prozvao, tad si sebi dao napraviti orudje, s kojim će se izmučiti, sebi i svom zdravlju na štetu.

Najbolja je kožna obuća. Čarape neka su ti vunene ili svilene. Samo po sebi se razumije, da ih treba često mienjati.

O stezniku i nošnji narukvica vidi ove.

ODOLJEN. (Valeriana)

Odoljen (kozlić, Baldrian, Valeriana) spada medju aromatične liekove. On ima u sebi hlapivog ulja i smole. Dokazano je, da može ublažiti grčeve i grčevite boli, a kadkada ih i sasvim uništi. Osobito se dobro upotrebljuje, kad su boli nervozne vrsti, kao u raznim pojavama hipohondrije i histerije.

Uzima se kao čaj 10—15 grama na 150—200 grama vode. U istoj mjeri može se i kao klištir upotrebiti. U ljekarnama ima odoljenovih kapi i odoljenove vode. Kapi uzimaju se 20—30 na dan više puta, a vode uzima se 30—60 grama.

OJAČANJE TIELA.

Tko se malo po malo priuči, da mu različite nepogode vremena zdravlju ne škode, kažemo da mu je tielo ojačalo, otvrdnulo (abgehärtet). Tako zvana prehlada, nazeba ili nahlada ne će nam ni najmanje škoditi, ako smo samo voljni, da ju osbiljno svladamo. Ne ćeš se nikada tužiti na prehladu, ako svako jutro, ljeti i zimi, čim iz kreveta izadješ, cielo tielo opereš hladnom vodom i pri tom oblačiš haljine, u kojima će ti ugodno toplo biti, a nipošto takove, u kojima bi se znojio.

Razumije se, da će svatko najbolje sam znati, kako će se pri tom vladati, jer tu treba paziti, kako je tko star, kojega je spola, a valja i na konstituciju tiela gledati.

Bilo bi sasvim nerazborito, kad bi htjeli i djecu u povoju priučiti, da im tielo otvrdne. Ona tomu nisu dorasla, te bi im samo škoditi mogli, jer je njihovo slabašno tielo još sasvim slabo razvito. Da se nejakoj djeci tielo ojača, dosta ćeš učiniti, ako ih ne budeš mazio i previše razniežio, brinući se, kako ćeš ih što više umotati i bolje očuvati, da zrak do njih ne dodje, da tobož ne ozebu ili se ne nahlade.

Obično se za svaku bolest kaže, pa bila ona kakova mu drago, da joj je uzrok prehlada.

Ne možemo točno kazati, po čemu je upravo prehlada uzrok bolesti; nu svakomu je poznato, da se može bolest pojaviti, kad se toplina zraka, koji nas okružuje, naglo promieni, kad je zrak previše vlažan ili suh ili kad je tko na silnomu propuhu.

Moraš se dakle pobrinuti, da ti rečene nepogode ne škode.

Ponajprije treba da se priučiš, da ti hladniji zrak ne škodi. Tu će ti mnogo pomoći odielo i to, ako budeš nosio haljine, koje ti ne će odviše priečiti da zrak do tiela dodje. Dobro sredstvo za ojačanje tiela jest **hladna voda**. Tko se jednom nauči, da se mije i polieva hladnom vodom ili tare krpom u hladnu vodu umočenom, tomu neće škoditi ni prehlada, ni nagla promjena vremena.

Živo gibanje i kretanje čini, da ti krv u žilama brže teče, a ovo brže obticanje krvi blagotvorno djeluje na cieli tjelesni ustroj, što je opet u savezu sa ojačanjem tiela. Gimnastika i plivanje dobri su prijatelji ojačanju mišica.

Tko se marljivo vježba rečenim pokusima, postići će: da će mu tielo biti snažnije, za posao jače i krepčije, lahko će se nepogodama vremena opirati, jednom riečju, izaći će pobjednik na bojištu za obstanak.

Ovakovo ojačanje tiela preporuča se samo onima, koji su sasvim zdravi. Ljudi, koji su malokrvni ili boluju na plućima samo bi o svom zatoru radili, kad bi htjeli tielo svoje ovako da ojačaju.

Ali zato ne treba da se zanemare i raznježe, i oni neka se vježbaju, kako će izaći pobjednici nad nepogodama vremena, nu njihovo vježbanje treba da rukovodi brižljiva njega.

OMEČINE.

Ako se natisnu neke česti tiela tako, da se njihova tkiva i sveze krenu i od svog stanovitog mjesta razmaknu, kadkad i razderu ili sgnječe, kažemo da su nastale omečine (naboji, ubiotine, stučke, sgniečenja, Quetschungen, Contusionen).

Pošto je koža vrlo pruživa i popustljiva, ona više puta sasvim nepovredjena ostane, dok veziva pod njom znadu biti sasvim povredjena. Kod omečina obično se sgnieče i razderu manje ili veće žile, iz ovih se tad izlije krv; koža je ovdje podbuhla, te se vidi, kako je krv pod njom podsjela.

Ako nije mnogo krvi iz žila izteklo, to se po koži vide samo modrice ili pruge; ove imaju svakakovu boju, žutu, zelenu, sivu, crnu, a to dolazi od razne promjene, kojoj je krv pod kožom izvrgnuta. Ako se je mnogo krvi izlilo, to se napravi čvoruga (kvrga, podkožna nagnječina, Beule).

Omečine brzo će proći, ako nisu bile vrlo silne; inače nastati će upala, pa će one česti, koje su nabijene ili natučene, možebit i za daljnji rad nesposobne postati i odpasti.

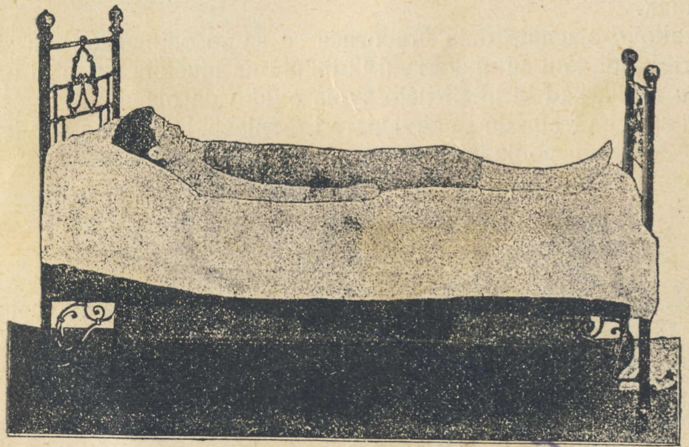
Do omečina čovjek dodje od udarca tupim orudjem, natiskom, padom itd. Narod lieči ih ovako: uzmu kakovu tvrdu hladnu stvar na pr. ovelik novac, nož ili žlicu, te time čvrsto pritisnu natučeno mjesto. Od te jednostavne pomoći kvrga će biti ili vrlo malena ili je neće nikako biti.

Ako se na neznatne ili silne omečine odmah metneš kesicu s ledom ili hladne obloge, niti će se upale pojaviti, niti će boli biti.

OMOTI.

Omota (Wickel) ima raznih. Najčešće se upotrebljuje **kratki omot.** On je sam za sebe cjelovita uporaba, t. j. taj omot djeluje samostalno na cielo tielo, a da nije u savezu s nijednom drugom uporabom vode. On jača prirodnu toplinu, a s druge strane odvadja preveliku vrućinu, prema tome, da li se duže ili kraće vrieme upotrebljuje.

Da se ova vrst omota toli brzo i obćenito udomila, učinilo je poglavito to, što ga svatko može lako i udobno sam uzeti.



Sl. 69. — Kratki omot.

Kratki omot započima svoje umatanje izpod pazuha, a dovršuje ga povrh koljena (vidi sliku 69.). Gruba platnena krpa savija se 4—6-struko, tako, da ovija tielo spomenutim načinom, onda se namoči u hladnu vodu, izciedi i omota oko tiela tako, da čvrsto prilegne k tielu. Vuneni pokrivač zatvara omot tako, da ne dospije zrak do njega, a jorgan (poplun) ili perina pribavlja potrebnu toplinu.

Slabi i stariji ljudi, u obće slabokrvni, u kojih je toplina krvi neznatna, mogu, pače moraju ovaj omot uzeti toplo.

Siromašni ljudi ili seljaci mogu mjesto takove ponjave uzeti rabljenu vreću, koju namoče i umotaju oko tiela.

Čitava uporaba ovoga omota traje prema dotičnom propisu jednu, pokadšto i dvie ure.

Kad bi svi zdravi ljudi uzeli ovaj kratki omot samo svakih 8 ili pače svakih 14 dana jedan put, lahko bi se uklonili mnogim bolestima.

Kratki omot upotrebljuje se u svim onim prilikama, gdje ima odviše plinova ili vjetrova u crievima ili se žile trbušne utline prenapune krvlju, onda, kod obolenja srca i pluća, te raznih bolesti glave i vrata.



Sl. 70. — Omot oko ramena i trbuha.

Omot **oko ramena** takodjer se često upotrebljuje. Uzmi komad krupnoga platna (kratki ručnik), umoči ga u 15°—20° R. (mlakoj) vodi, izciedi ga, te ga tako složi, da je za dlan širok, omotaj ga od zada napried oko vrata, te ga na prsima prekriži. Ovaj omot možeš ujedno **s omotom oko trbuha** spojiti (vidi silku 70.) ili s omotom **oko prsiju** (vidi sliku 71.).

Ovi omoti mogu ležati više sati, pa i cielu noć. Ako skineš omot, okupaj se u 18° R. hladnoj vodi.

OPERACIJA ŠKILJENJA.

Kod škiljenja jedna mišica oka sve slabija i tanja biva, dok druga nadeblja i ojača. Radi toga ne može jedna mišica s drugom u ravnovesju biti; jedna će se sve više stezati, a druga omlohaviti. Oko obrnut će se uviek onoj istoj mišici, koja je stegnuta i jača.

Ako oslabi i omlohavi upravna vanjska mišica, oko će naginjati na nutarnju stranu (škiljenje, kad se jedno oko od drugoga odkreće).

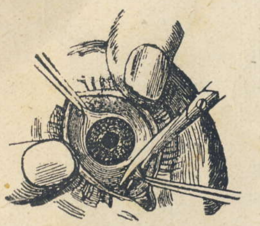


Sl. 71. — Omot oko ramena i prsiju

Ako je moguće, da se mišica od onog mjesta odmakne, gdje je usadjena ta mišica, koja oko priteže, tad ova ne će više moći oko

k sebi natezati; tim slabije će to moći učiniti, čim dalje bude udaljena od onog mjesta, gdje je usadjena.

Kada se pravi operacija škiljenja, razreže se mjesto, gdje je mišica usadjena, da se ova sraste s okom, na mjestu, koje je od ovog dosta udaljeno. To se sbiva ovako: čim se mišica razreže, oko je slobodno, te se odmiče na drugu stranu; okrajak razrezane mišice više će nazad iza oka doći, te će tamo s njim srasti.



Sl. 72. — Operacija škiljenja.

Kod ove operacije ne možeš od prvi put siguran uspjeh očekivati, jer bolji ili slabiji uspjeh zavisi od veće ili manje pruživosti mišice, koja se prereže, a isto tako i od njezinog antagoniste, što se ne može unapried opredieliti.

Ako je dakle nuždno, da se operacija njekoliko puta napravi, neka operirani bude sasvim spokojan.

Takovom se operacijom nigda ne može popraviti vid, samo se popravlja krivi pogled, koji čovjek ima, koji škilji; ovo dakle nije operacija za liečenje, već jedino za poljepšanje lica.

OPIJANJE.

Pije li tkogod toliko alkoholičnog pića, da već pravo ne zna, ni što govori, ni što radi, kaže se, da se je opio. Opijanje nije ništa drugo, nego otrovanje alkoholom. Svako alkoholično piće može da čovjeka opoji. Što više alkohola ili žeste u kojem piću ima, to manje od njega trebaš, da se opiješ. Koliko komu alkoholičnog pića piti treba, da bude pijan, zavisi od toga, kako je tko vičan da pije tu vrst pića i kakova mu je narav.

Pijanstvo ili pijano stanje ne traje cielo vrieme jednako. Iz početka, kad se je čovjek istom opio, obično je razdražen, a poslie, kad ga već pijanstvo svlada, klonu mu sile.

Kad alkohol istom svoju moć razvijati počme, čovjek je uzrujan, obično je dobre volje, ugrije se; doskora alkohol sve više djeluje, čuvstvo ugodne topline izmetne se u nesnosnu vrućinu, a toplina tiela medjuto u istinu se umanji. Srce počme većom silom raditi, vidiš kako vratne žile silno udaraju, lice se žari, isto tako se i oči zacrvene. Doskora počme pijani glasno brbljati i larmati, hoće mu se, da se svadja i bije, larma, psuje, pjeva, smije se ili plače. Sasvim drugim očima gleda u sviet; do mala mu sve omrzne, ni za što ga nije briga, klone mu i duša i tielo. Lice probliedi ili je sasvim propalo; kad govori, tepa, hod mu je nesiguran, napokon svlada ga dubok san. U snu glasno hrče, a mnogo puta i povraća.

Kad čovjek izvanredno mnogo alkoholnoga pića pije, može mu i kap pasti, može da mu koje udo postane kljenuto, a može da se od silnog priliva krvi i uduši.

Tko se često i jako opija, može ga snaći nemila bolest, a ta je »ludilo od pijanstva« (Säuferwahnsinn, delirium tremens).

Pijani probudi se istom poslie njekoliko sati; obično je onda nerazpoložen te mu se kaže, da je mamuran.

Pijani će naskoro otriezniti, ako povrati, što je popio; u tu svrhu mnogi piju slanu toplu vodu, jer od nje im se odmah smuči i povraćaju. Drugi se opet raztriezne, kad popiju jaku crnu kavu.

Vidiš li, da pijanici silna krv u glavu udara, metni mu hladne obloge na glavu i pozovi liečnika.

OPIUM.

Opium ili driemak dobiva se iz nezrelih makovih glavica. Danas je u liečničtvu upravo onako neobhodno nuždan, kao što je prije više, nego dvie hiljade godina bio. Dobiva se ovako: nezrele makove glavice narežu se, iz njih poteče mliečni sok; kad se ovaj sgusne i posuši, skine se s njih, te se dalje od njeg opium i morfium proizvadja.

Na iztoku rabi se driemak pod imenom »hašiš« kao njeka vrst sladkiša, s njime se ondašnji narod opaja i u san uljuljava. Kod nas upotrebljava se driemak kao liek, jer od njeg se razdraženost utiša, boli prestanu, san privlači i proljev ustavlja.

Mnogo puta opij čini, da bolestnik neimajući mira, ni oduška, sladki san prospava, te medjutim i najgore živčane uzrujanosti, strah, nemir, buncanje izčeznu i bolest na bolje okrene.

Opium daje se proti razdraženosti, nespavanju, grčevima i bolima, pa došlo ono s kakvog mu drago uzroka. Daje se i proti proljevu i to u obliku praška, 1—5 centigrama, ili kao tekućina 5—10 kapljica.

Jednostavne driemkove kapljice sastoje od 1 diela driemka i 10 dielova žeste. Ima još driemkovih kapljica, koje su priredjene od šafrana, cimetove vode i opijuma.

Dowerovi prašci imaju i dobar dio opijuma; i ovaj se prašak za proljev daje. Uzima se od njeg 15—30 centigrama više puta na dan.

OPRUD.

Oprud (divlji osip, Nesselausschlag, Utricaria) je kožna užgalina, koja se pod osobitim prilikama pojavljuje. Kod ove bolesti tvore se na površini kože po različitim oblicima uzvisita mjesta, koja se kadkad na široko po koži razidju, te znadu biti poput čibuljica

okrugla; u sredini su biela, a krajevi crveni. Ili vidiš po koži kao bliedo crvene krpe ili pruge. Ovakav osip jako peče ili svrbi. Najviše se javlja po struku i po licu; obično kratko vrieme traje, te se izgubi bez ikakovog liečenja, a iza sebe ne ostavlja nikakav trag.

Oprud se kadkad iznenada javlja bez ikakove vatruštine, a kadkad se pojavi uz silnu groznicu. Osip, koji iznenada bez groznice dolazi, može više mjeseci, da i godine potrajati; tu će se na koje vrieme izgubiti, tu opet izdati.

Kad se osip uz groznicu pokaže, ne izdade se u isto vrieme po svem tielu. Obično se redom po tielu izbaci, pa zato može kadkad i dvie tri nedjelje potrajati, dok sva mjesta obredi.

Ovaj se osip smatra kao njeka površna kožna bolest. On se može izdati, kad je koža nadražena ili kad su s kožom u doticaj došla koja škodljiva tjelesa. Tako će se užgalina kože, oprud, pojaviti kad te ubode kakav kukac na pr. stjenica, mušica, komarac itd. ili kad te kopriva ožari (odtuda toj užgalini u njemačkom jeziku ime »Nesselauschlag«), kad na kožu utireš terpentina ili arniku, nadalje kad se grebeš ili češeš, dapače i haljine kad te natisnu, mogu biti povod kožnoj užgalini.

Ima još jedna užgalina kože, kojoj se za uzrok doznati ne može; tako će gdjekoji dobiti oprud, čim se najede raka, jagoda, ostriga, puževa, riba, kobasica, sira, gljiva, krastavaca ili čim se okusi sirćeta, meda, ljutike itd.

Tko naginje na oprud, neće ga dobiti, kad jede ma koje od ovih jela, nego samo onda, kad jede pojedino jelo, koje svaki put u njem osip pobudjuje, dok ostale stvari bez štete jesti može.

Isto tako će se kod njekih osoba pojaviti oprud, kad se lieče terpentinom, kopaiva-balzamom, praškom od kubeba itd. Gdjekoji će dobit oprud, kad mu se želudac razboli, kad mu boluju jetra, jajnici, materica, dapače bilo je slučajeva, da je ženskinja dobila osip svaki put, kad je imala kod sebe.

Od ove kožne užgaline očuvat ćeš se razboritim načinom života, kloneći se svega onoga, što znaš, da je u stanju kod tebe oprud izazvati.

Ako se pojavlja, jer si uzimao njekoje ljekarije ili jer je posliedica druge kakove bolesti, tad treba da se povjeriš liečniku.

Prije svega čuvaj se svega, od čega si jednom već osip dobio. Imaš li ga, a ti se lieči škropicom od hladne vode; kupaj se, mij se kolonjskom vodicom ili razriedjenom sapunenom žestom. Kad se posušiš iza kupanja, posipaj se riženim brašnom ili običnim brašnom. Imaš li uz osip i groznicu, uzmi na dan 5—10 centigrama kinin-praška te pij nakisela pića.

Tko naginje na oprud, dobro će učiniti, da pije svake nedjelje 1—2 puta na tašte jednu čašu budimske gorke vode.

OPRŽINE.

Opržina (rana ožeglica, Brandwunde) je uplivom velike topline nastala upala kože. Po tom, kakovu promjenu tolika toplina na koži proizvadja, razlikuju se tri stupnja opržine. **Prvi** i najlakši **stupanj** opržine je, kad se koža jako žari, crveni i uz to vrlo pali i žeže. Takova će opržina nastati, kad veća toplina od 30 stupnjeva na kožu djeluje. Ona će biti jača ili slabija po tom, kako dugo toplina na tielo djeluje i kako je nježna koža na onoj česti tiela. Prestaje li toplina na kožu utjecati, gubi se malo po malo veći pritok krvi izpod nje, jer u ovom sastoji se prvi stupanj opržine. Kod ovog stupnja opržena koža ne spadne, samo se kadkad oljušti.

Drugi stupanj opržine sastoji se u izciedjivanju vodi slične tekućine, koja gornju kožu od ostale podloge sa velikim mjehurima podiže. Na nježnoj koži takovi mjehurići odmah skoče, a na debljoj koži pokažu se tek poslie 8—10 sati. Koža pri tom jako boli. Ako je tekućina u mjehurima s krvlju izpremiešana, onda će biti i ognojavanja i treba duže, dok koža sasvim ozdravi. Veća ili manja bol zavisi kod ovog stupnja opržine od okrajnih živaca, koje se na opřženoj česti tiela nalaze. Što više živaca, to ljuća bol. Ovakove opržine nastaju, kad toplina prelazi 60° R.

Treći stupanj opržine je, kad se čovjek, kao što narod kaže, opeče ili izgori (Verschorfung), dok prvom i drugom stupnju jednostavno vele, »ofurio, pofurio, opalio, popurio se je«.

Treći stupanj opržine nastaje uz toplinu od 80 stupnjeva. Kako dugo treba, dok čovjek iza ovakovih opržina ozdravi, zavisi od tog, kako su veziva pod kožom postradala. Što dublje su veziva izgorila, to dulje će trebati, dok ozdravi. Iza ovakovih opržina ostaju zarastice, kad bolestne česti ozdrave.

Opasnost od opržina ravna se po tom, u koliko se je tko opržio. Već opržine prvoga stupnja mogu biti smrtonosne, ako je tko dvie trećine cieloga tiela opržio. Ako se na daleko ne šire, od njih brzo ozdravi.

Od opržina drugog stupnja čovjek već teže ozdravi, ali i od njih će ozdraviti bez štetnih posliedica, ako nisu veliku površinu kože zahvatile.

Opržine trećega stupnja su smrtonosne, ma da su samo jednu trećinu svega tiela zauzele. Smrt kod takovih opržina nastaje s toga, jer se djelovanje kože prekine. Bolestnici se uduše već prvih 48 sati. Nesretnici mogu umrieti od zaraze gnoja, od gnojnica na crievima, na bubrezima i od krvarenja na crievima.

Opržiti se može čovjek od sunčane pripeke, od vatre, od vrelih i usijanih kovina, od kipućih tekućina, lužina itd. Opržine prvoga stupnja najbolje se lieče oblozima od vode vapnenice.

Kod opržina drugoga stupnja treba paziti, da se mjehuri ne povriede, oni su najbolja zaštita, da vanjski zrak ne dodje u doticaj sa pousmom izpod njih, što bi vrlo bolilo. Tekućinu iz mjehura izciedit ćeš, ako kožu na najdubljem mjestu bocneš. Ako je nestalo kože od mjehura, to pokrij oprženo mjesto sa krpicom namazanom sa čistim putrom, maslom ili voskom ili metni na nju krpicu natopljenu u jednake dielove lanenog ulja i vode vapnenice. Ovom tekućinom možeš opržinu i namazati. Vrlo će ti pomoći, ako pokriješ opržinu jodoformgazom ili ako ju odmah namažeš glicerinom. Opržine, koje su se počele gnojiti i opržine trećega stupnja moraju se liečiti kao druge rane.

Ako su prsti ili nokti oprženi, tad se medju nje moraju metnuti krpice namočene u laneno ulje, da se ne srastu.

Za opržine, koje su veći dio tiela zahvatile, preporuča se ležanje u vodenoj postelji (Wasserbett). Takova postelja sastoji se od kupaonice s okvirom, a na ovom namješteni su široki remeni; ručkom (Kurbel) dižu se sa bolestnikom zajedno iz vode. Bolestnik može više dana da potraje u takovoj vodenoj postelji.

OTROVANJE BAKROM.

Ovo otrovanje može akutno ili kronično biti. Akutno otrovanje može se pojaviti, kad tko jede jela, koja su se zakiselila, u bakrenom sudju pripravljala i u njima duže stajala. Ne samo na bakrenom posudju, već i na drugim stvarima na pr. vilicama, noževima, žlicama itd. od žute mjedi ili novog srebra (alpaka), nahvata se na vlažnom zraku uz sudjelovanje ugljične kiseline mjedenka, bakreno zelenilo, mjedunov kvasan (Grünspan). Ovo zelenilo je otrov, te se čovjek s njime otruje, kad se smieša s jestvinama i takova se jela jedu.

Tko se je otrovao bakrom, osjeća to tek poslie njekoliko sati. U ustima ima vrlo neugodan tek, koji mu na bakar zaudara, slina mu jako teče, bljuje, a bljuvotine su mu zelene ili modrikaste. Trbuh mu se nadima, dobije grižu, a nečist mu je s krvlju pomiešana. Otrovanoga glava jako boli, te može uz grčeve, trzanje i buncanje već za 6—12 sati umrieti.

Takovi slučajevi ipak nisu česti, jer sa bljuvanjem i stolicom izluči se iz tiela dosta velik dio bakra, te onda i otrov slabije djeluje. U najviše slučajeva otrovani ozdravi, ali mu može dugo i dugo ostati bolest u crievima, naime katar i ognojavanje.

Bakrom otrovanomu daj klištir i bjelanjka kao nutarnji liek, ili magnezije (i to 50 grama na 300 grama vode). Svaki deset minuta daj 4—6 velikih žlica. Prije nego što liek daješ, dobro stresi flašicu.

Kronično otrovanje vrlo se riedko dogadja i to samo kod onih, koji s bakrom i žutom mjedi posla imaju, kao što su kotlari i drugi. Pojavi su isti kao i kod akutnog; samo što se otrovanje ne pojavi naprečac i tako silno, kao kod akutnog, već polahko i uz groznicu.

U njekojim slučajevima kronično otrovani dugo vremena sve više i više omršavi; probava mu je hrdjava, ima u ustima tek i miris kao od bakra i sam na bakar miriši. Meso oko zubi ima škrletni (jako crveni) obrub, kosa mu je zelenkasta ili žuto-zelena, a bolestnik dobije tako zvanu bakrenu grižu ili koliku.

Kad ima grižu, pa si trbuh natisne, još ga više boli i u tom slučaju ide čovjeku krv od njega. Kronično otrovanje bakrom obično se izliečiti dade, te i brzo prodje, čovjek može već poslie 8—14 dana ozdraviti, ali može i da mu probava duže neuredna ostane.

Ako slabost i užgalina crieva prate kronično otrovanje bakrom, može i to do smrti dovesti.

Liečenje sastoji se u tom, da se otrovani čuva, da otrov na njeg više ne djeluje, t. j. da se ostavi posla, pri kojem se je otrovao; onda treba da uzme liekove, koji gone na često mokrenje, jer se mokraćom bakar izlučuje; isto tako djeluju i kupelji.

Za grižu daje se opijum. Poremećeni rad crieva lieči se, kao što se obično bolesti crieva lieče.

OTROVANJE FOSFOROM.

Tko se otruje glavicama od šibica otrovao se je fosforom (pranikom). Ako je mnogo od toga otrova progutao, osjeća poslie njekoliko sati, da ga počam od grla pa sve do želudca jako pali i žeže, trbuh se nadima, te vrlo boli, kad ga se dotakneš. Malo pa malo smuči se nesretniku, te dodje i do bljuvanja; prije toga sve mu se podrigava. Svaki put, kad mu se podriguje, izlaze iz njega plinovi zaudarajući na bieli luk (češnjak) i bljuvotine jako zaudaraju, izpremiešane su sa krvlju te se u mraku svietle. Ako ima uz bljuvanje i lijavicu, onda se i izmetine u mraku svietle i puše, te zaudaraju jako ružno.

Ovi pojavi su znakovi, da je fosfor počeo djelovati na probavne ustroje. Poslie njekoliko dana javljaju se znakovi, da je fosfor počeo i na krv djelovati.

Jetra, srce i bubrezi počmu se zasaloviti. Otrovani počme žutiti, bilo nepravilno tuče, biva slabo, mokraća je smedjo-žuta, u njoj ima bjelanjka. Glavobolja, nespavanje, nemir, buncanje, dapače i podpuna nesvjestica dolaze, te poslie uz pojave obće kljenuti nastupi smrt istom poslie 8—10—12 dana.

Ako se takovom nesretniku daje protuotrov, pa mu poslie dan dva bude bolje, ne treba misliti, da je opasnost prošla; ona istom nastaje, kad fosfor u krv predje, a to tek poslie njekoliko dana. Samo ako se tko sa malo fosfora otrovao, ima nade, da će se smrti oteti; pa i u tom slučaju može da ostane bolovanje opne sluznice u želudcu i kljenut udova.

Otrovani lieči se time, da mu se otrov što prije iz želudca ukloni. Najsigurniji liek za to je izpiranje želudca ili i valjan liek na bljuvanje. Za ovo dobro je da mu se dade 25 centigrama sumporo-kiselog bakrenog oksida i to raztopljenog u vodi; i to jedan gram na 100 grama vode. Taj liek treba da na četiri puta izpije.

Dok se donese sprava za izpiranje želudca ili dok se dobavi liek, da se otrov ne hvata želudačne stienke, daj nesretniku da jede brašna, škrobi, kruha ili bjelanjka; no nipošto mu ne daj mlieka ili žestokog pića, jer bi se u tome fosfor lahko raztopio, te bi tim brže i laglje u krv prešao.

Ako je počeo bljuvati od lieka, koji je za bljuvanje uzeo, treba ga još više razriediti, neka ga još njekoliko sati poslie toga uzima. Medju to vrieme neka guta komadiće leda, neka pije vodu, u kojoj ima leda ili neka jede sladoleda. Poslie njekoliko sati daj mu još jedanput onaj liek za bljuvanje u istoj smjesi, kao što je prije kazano.

Preporučuje se kao protuotrov za otrovanje fosforom i terpentinsko ulje. Da uzmogne valjano djelovati, treba da je smiešano sa znatnom količinom kisika, zato treba kupujuć za otrovanog ovo ulje ljekarniku spomenuti, da dade ulje, koje je već staro.

Samo ako nesretnik brzo poslie otrovanja ovo ulje uzme, može se smrti oteti. Daje se na pol sata 2—4 grama sve do 10 grama.

Ako je fosfor već u krv prešao, nesretnik nikako ne može da se izlieči.

OTROVANJE KARBOLOVINOM.

Ako je u čovječji organizam bud kojim načinom dospjelo odviše karbolovine (karbolne kiseline), to ćeš opaziti sliedeće pojave: u ustima otrovanoga peče, smuči mu se, bljuje, glava mu je težka, osjeća glavobolju, ima vrtoglavicu, čini mu se, da je vrlo umoran. Obticanje krvi biva vrlo tromo, tjelesna je toplina sve manja. Brzo se može oporaviti i svih neprilika riešiti, ako se služi kamforom, ako ga polievaš hladnom vodom itd. Ovako izlučuje se karbolovina sa mokraćom, tako zvano mokrenje karbolovine.

Tko se jako karbolovinom otruje, može već poslie njekoliko sati, dapače i poslie njekoliko časaka umrieti.

Kao protuotrov karbolovini služi koncentrirana raztopina šećernog vapna (Zuckerkalk).

Bilo je slučajeva smrtonosnog otrovanja pri upotrebljivanju karbolove magle, zato se sada liečnici ovom riedko kada služe.

OTROVANJE LUGOM.

U kući često puta pravi se lug (lugšija, cedja) za pranje ili kuhanje sapuna; kadkad se dogodi, da se tko mjesto vode, napije luga. Čim se tko luga napije, počme ga u vratu peći, bljuje i dobije proljev, i jedno i drugo pomiešano je s krvlju.

Ako je lug jak, može unesrećeni za kratko vrieme umrieti.

Najpreči liek proti tomu je, da otrovani pije octa ili sok od limuna s vodom, a može ga i bez vode piti.

OTROVANJE MODRIČNINOM.

Modričnine (Blausäure) ima u lovor-višnji, u košticama od šljiva, trešanja, bresaka, kajsija i gorkih badema. Djeca se mogu otrovati, ako jedu mnogo jezgre od ovih.

Modričnina i cyankali izvanredno brzo djeluju, zato se njimi osobito rado samoubojice služe.

Čim se je samoubojica ovoga otrova nagutao, bi rek munjevnom brzinom kraj je tuj.

Samoubojica na čas padne, uda klonu, čuvstva i osjećaj se izgube, pjena ide na usta, oči su iz očišta izkočile te se svietle, zjenica se razširila, disanje je tromo; otrovani hropi, iz njega se izvija karakteristični miris modričnine, miris na gorki badem.

Kadkad s trzanjem, a kadkada i bez trzanja poslie 3—5 minuta nastupi smrt.

Ako nije mnogo otrova uzeo, to će otrovani osjećati, kao da mu nješto grlo steže, usta su mu gorka, hvata ga nesvjestica, srce mu silno lupa, ne može da diše, lice mu se izkrivi i silnim vriskom padne na zemlju.

Pojavi su isti kao i onda kad je mnogo otrova uzeo, samo što nema trzanja. Mnogo sline mu na usta ide i to sve dotle, dok poslie ¼—1 sat smrt mukama kraj ne učini.

Ako do to doba nije dušu pustio, nadati se je, da će se otrovani spasiti. Ako je samo malo otrova progutao, ne osjeća se miris modričnine.

Jedva da se može štogod reći o pomoći kod ove vrsti otrovanja, jer taj otrov vrlo brzo i silno na propast organizma djeluje.

Kad je slučajno otrovanje slabije, može se nadati pomoći, kad se odmah šmrkom iz želudca otrov vadi, da tako što brže veći dio

otrova iz tiela izadje. U ostalom treba davati oživljujuće liekove, Hoffmanovih kapljica i vina. Onda treba nastojati da se disanje popravi i da redovito bude. Dobro je, da udiše paru od amonijaka, i da mu se glava hladnom vodom polieva.

Modričnina svakako će svoju otrovnu moć pokazati, bilo da ju tko proguta, da ju metne na ranjavu kožu, ili da ju u obliku pare udiše.

OTROVANJE MORFINOM.

Ova nesreća može da se dogodi, što je tkogod slučajno promienio morfin sa kininom ili je njetko mnogo morfina progutao u nakani, da si život skonča. Nesretnika čvrst san hvata, lice mu je bliedo i upalo, oči ukočene, zjenica mu se suzila, te nije za svjetlo ni najmanje osjetljiva, bilo je slabo i lagano, koža mu se mrzlim znojem pokriva, disanje mu je otežćano, kao da drhće, te često puta uzdiše.

Pri tom ga na bljuvanje sili, kadkad i bljuje, lice ga jako svrbi.

Ako je mnogo morfina uzeo, a nema brze pomoći, to će umrieti od kljenuti srca.

Pomoć kod ove vrsti otrovanja pružit ćeš time, ako brzo morfin iz želudca ukloniš i to ili kojim liekom za bljuvanje ili izpiranjem želudca. Onda daj nesretniku crne kave, metni mu hladne obloge na glavu ili ga polievaj hladnom vodom. Upotrebi vještačko disanje, da uzmogne što prije pravilno disati; nadalje se preporuča protuotrov, a to je uštrcavanje atropinom. Ako bolestnika nije čvrst san obladao, to vrlo dobro služi ovaj postupak, preporučaju ga Englezi te se zove »ambulatory treatement«. Da bolestnik budan ostane, uzmu ga dvojica izpod ruke te ga neprestano po sobi vode, uz to ga živo po zadku i bedrima plieskaju.

Kako si se uvjerio, da se je tko morfinom otrovao, ne propusti odmah liečnika zvati.

OTROVANJE OLOVOM.

Ako po malo, nu postojano olova u tielesni organizam dolazi, pojave se obilježja otrovanja, koja se sve više opažaju.

Ako na jedanput mnogo olova u tielo dodje, otrovanje je tako silno, da od njeg i smrt nastupiti može. Po tome razlikuje se akutno i kronično otrovanje. Akutno biti će, ako tko pije vodu iz novih olovnih vodovodnih cievi, ako tko pojede olovnog na mjesto običnog šećera ili ako pije vina, koje je zasladjeno i očišćeno olovnim šećerom.

Tek njekoliko sati poslie toga, kada je tko od rečenog kušao, pokažu se ova obilježja: otrovani ima sladak, nu oduran okus, jako ga

boli u želudcu, mučno mu je, a kad bljuje, izbaci njeke biele bljuvotine. Obično je otrovani zatvoren, nu kadkad može da dobije i proljev, slina jako mu teče, osjeća, da su mu noge sasvim klonule, strašno ga bole, kadkad ga i trnci prolaze, malo po malo izgubi svaki osjećaj za vanjski utisak. Bilo se za čudo umiri, jedva bije 40—50 puta u minuti, lice probliedi, ustne pomodre, vrti mu se u glavi, uz to ima i glavobolju, sasvim onemogne i oslabi, dok ga jaka nesvjestica ne spopadne, koja prvih 24—36 sati i smrćom svršiti može.

Ako kojom srećom ne umre, to ipak više podpuno ne ozdravi; uviek ostaju njeka obilježja, kao što ostaju i kod kroničnog otrovanja.

Liečenje kod akutnog otrovanja sastoji se u tom, da se otrovanom što prije želudac i crieva izprazne. Ako mislimo da je olovo još u želudcu, treba dati liek, koji će brzo na bljuvanje tjerati; mogli bi davati svakih pet minuta tutijin sulfat (bielu galicu, Zinkvitriol) u obliku praška. Ako misliš, da je olovo već put u crieva uzelo, daj mu svaki sat 1—2 žlice ricinovog ulja.

Kao protuotrov preporuča se dobrim uspjehom sumporo-kisela magnezija i sumporo-kiseli natrium.

Ove soli čine, da se olovo pretvara u neraztopive sastojine sumporo-kiselog olova; osim toga sile i na dvor.

Čim su prvi opasni pojavi svladani, treba oko otrovanog isto tako nastojati, kao i oko onoga, koji se je kronični otrovao, te o kome ćemo govoriti pri liečenju kroničnog otrovanja.

Kronički otrovati će se ljudi, koji kod svoga posla uviek udišu olovnu paru ili olovni prah. Ovo biva u prvom redu kod rudara, kod poslenika sa meninge u tvornicama olovnog bielila, kod slikara, bojadisara; kod onih, koji boje miešaju i pripravljaju, kod lončara, u tiskarni i ljevaonici slova i kod onih, koji rukavice prave. A dogodilo se već i to, da su se otrovali, koji su šmrkali burmut, što je bio zavit u olovnom omotu (staniol-papir).

Kod kroničnog otrovanja najprije se pokvari probava. Otrovani omršavi, lice mu ima pepeljavu boju, nema apetit na jelo i tišti ga u želudcu. U ustima osjeća njeki sladki stežući ukus, meso oko zubi pomodri na rubovima, zubi su sivo modri, dah smrdi. Uz ove pojave može otrovani malo po malo od gubitka snage i propasti. U drugom slučaju pridruži se ovim pojavima još i olovna kolika, koja se može odmah s početka i to kao prvo obilježje otrovanja pojaviti. Bolestnik osjeća vanredno jake boli u okolici pupka, trbuh izgleda kao da ga je nješto uvuklo; kad ga pritisneš, ništa ne osjeća. U postelji baca se nemirno amo tamo, svaki čas bljuje. Bilo slabije bije, lice se izkrivi i znoji. Ovakovo stanje može trajati ½ sata ili samo njekoliko minuta, dok mu se ne počme podrigivati i vjetrovi od njega idu.

Dok je još vrlo mnogo olova u tielu, ovi će se pojavi često ponavljati.

Nadalje će trpiti i živčani sustav. Osjećati će jake boli u mišicama i sglobovima, osobito u nogama, izgubit će osjećaj, imati će trzanje u njima, drhtati će mu mišice na rukuh i usta. Opaža se, da su kadkad i sasvim kljenute mišice na ruci, redje se ovakva šta opaža kod grudnih mišica, u grlu ili na mišicama u gornjem dielu noge. Ova se kljenut tek kasnije pojavi, te može biti uzrok, da se prsti izkrive, dapače da tako stradaju i isti hrbat i drugi sglobovi tiela.

I mozag može da strada. Bunca, trza se, kao onaj, koji ima padavicu, te poslie toga može da se onesviesti. I ako zna stradati, može da se javi i crna mrena, nu ovi pojavi mogu se opet sasvim izgubiti.

I kronično otrovanje može radi gubitka sila smrću svršiti, no u najviše slučajeva oporavit će se bolestnik sasvim, samo ako se shodno liečio bude.

Kad podpuno ozdravi, neka se dobro čuva, da se opet uplivu olova ne izvrgne, jer i kad ozdravi, ostane u njem naklonost za tu bolest.

Kadkada se otrovanju pridruži i zažeg bubrega. Da se predusretne toj bolesti, treba oni, koji s olovom posla imaju, osobito da paze na čistoću. Radionice treba da se često i dobro provjetre. Nikada neka se ne hrane u radionicama, a prije svakoga jela neka si pomnjivo ruke operu. Vrlo je probitačno da piju priesno mlieko za odmora. Tople kupelji, koje na živahnu izmjenu sokova osobito djeluju, pripomoći će, da se olovo, koje se je ipak i pri najtočnijoj pazki u tielo ušuljalo, iz tiela izluči, da se ne nakupi i ne bude povod zlim posliedicama, koje smo netom nabrojili.

Ako je već otrovanje nastalo, treba da se lieče pojavi, koji su se opazili.

Proti koliki preporučuju se topli oblozi na trbuh, mlake kupelji, klištiri toplom vodom, a za nutarnji liek 15—20 kapi driemkove tinkture.

Proti trzanju, padavici sličnom, treba otrovanog hladnom vodom polievati, klištiriti ga octom, sapunom itd.

Da se otrov što prije iz tiela izluči, treba takvoga nesretnika kupati u sumpornoj kupelji i davati mu jodkalija (4 grama na 180 grama vode). Preporuča se takodjer da piju što više vode.

Proti kljenuti upotrebljuju se kupelji, liečenje studenom vodom i munjina (elektricitet).

Proti poremećenoj probavi biti će mu liek, ako se bude držao dijete i u obće da pazi na svoje zdravlje.

OTROVANJE DRIEMKOM.

Često puta dogadja se, da se tko otruje driemkom (opiumom), jer želi da mu se život svrši, a otruju i mnoge majke, dojilje i dadilje nehotice diete, kad ih napajaju uvarkom od makovih glavica, da diete tobož mirnije bude i da spava.

Kad se tko otruje driemkom, bit će mu ovako: hvata ga nesvjestica, glava mu je težka, cielo tielo klone, spopadne ga san, komu se oteti ne može. Zaspi li otrovani, to ili se vrlo težko ili nikako ne probudi. Lice mu je bliedo i upalo, zjenica uzka postala, te nije ni najmanje osjetljiva kad svjetlo u nju padne. Koža je hladna i leden ju znoj probija. Bilo vrlo sporo tuče, te se jedva osjeća, disanje je tromo, dišući hrče i uzdiše.

Ako se je tkogod sa vrlo mnogo driemka otrovao, bilo sve slabije i slabije bije, sve redje diše i smrt svrši nesretniku život, a da ni ne osjetiš, kad je izdahnuo.

Ako otrovanje nije smrtonosno, to iza rečenih pojava sliedi dubok san, koji dugo traje. Kad se bolestnik probudi, osjeća glavobolju, muku na bljuvanje i zapor.

Pomoći ćeš mu, ako mu daješ štogod na bljuvanje; najbolje 30 do 60 centigrama sumporo-kiselog kositra (Zink), sve na pet minuta, dok se ne izbljuje. Daj mu jaku crnu kavu, polievaj ga hladnom vodom, mij ga octom i ako je istom u nesvjestici te ga još nije san svladao, neka ga dvojica izpod ruke po sobi gore dolje vode, uz to neka ga koji put po bedrima i debelom mesu biju.

OTROVANJE PASKVIČINOM.

Liepi, crnim trešnjama slični plod paskvice (Tollkirsche, Atropa Belladonna) namamio je već mnogoga, da se je njim otrovao, jer je bio mislio, da su te bobice dobre jesti, kao što su liepe gledati.

Otrovati se može i liekom, što se od paskvice dobije, kad se mnogo od njega za unutarnje boli uzme ili kad se često za liek proti očnoj bolesti upotrebljuje.

Ako se tko otruje paskvičinom (atropinom) — to je naime liek, što se iz paskvice dobiva, — odmah se pojave posliedice otrovanja. Ako se je otrovao plodom, bobicama, opazit će se otrovanje tek poslie njekoliko sati.

Najprvi znakovi ovoga otrovanja jesu: otrovani ne može pravo gutati, usta i grlo jako se izsuše. Lice se vidi kao da je naduto, modro-crveno, žile kucavice na vratu i na glavi silno kucaju; bilo na ruci s početka slabo bije, poslie, ako je otrovanje jako silno, bije sve jače. Oči izgledaju, kao da su krvlju polite i kan da su iz svojih šupljina izkočile. Razširena zienica ne steže se, ako goruću svieću

k očima primakneš. Koža je hladna, akoprem otrovani osjeća, kao da mu vatra pod kožom gori, kadkad je kao škrlet crvena, a kadkad znojna. Otrovanoga glava boli, bljuje, hvata ga nesvjestica, kadkad bunca i dolaze mu štokakve vesele slike na oči, brblja, smije se, hoće mu se igrati. Kad se je tko smrtno otrovao, najposlie su mu sva uda klienuta, onesviesti se i umre.

Ako se tko nije jako otrovao, te mu se k tomu i brzo pomogne, ovi pojavi sve slabiji bivaju, ali gdjekoji put, kad ozdravi, još duže vremena slabo vidi.

Kad se tko otruje paskvičinom, treba odmah po liečnika poslati, a dok on ne dodje, daj bolestniku štogod na bljuvanje, daj mu što više mlake vode ili stepke da pije. Skuhaj i daj mu piti vodu od hrastove ili vrbove kore, ruskoga čaja, skuhaj prženu, a možeš i neprženu kavu. Glavu obloži hladnim oblozima ili ju polij hladnom vodom. Neka metne noge u toplu vodu, u kojoj ima gorušičnog braša. Dobro je, da mu se napravi klištir s octom, i to će mu pomoći, da mu se mnogo krvi u mozgu ne nakupi.

OTROVANJE SIČANOM.

Tko se hotice otruje sičanom (Arsenik), čini to najčešće tako zvanim mišomorom, a to je bieli prah sičanove kiseline, vidi se kao bieli stučeni šećer.

Sičanom može se tko i nehotice otrovati i to obično u ovim prilikama: 1. sičanovim praškom, 2. otrovom za muhe, 3. bojama, najobičnije zelenom, s kojom se bojadišu hartija, vuna, tkanine, umjetno cvieće i bojom, s kojom se šećerni kolači šaraju, 4. stearinovim sviećama, u kojima ima sičana.

Pojavi kod otrovanja sičanom jesu ovi: silna bol u trbuhu, neprestano bljuvanje i proljev. Stolica je slična onoj, što ju bolestnici za vrieme kolere imaju, velika žedja, u grlu i ždrielu grebe i steže, koža je blieda i suha, bilo tuče slabo i neredovito, grčevi, stezanje pojedinih mišica, glavobolja, nesviest, trzanje, nemoć, pojedinih udova i najposlie smrt. Kadkad pokažu se na koži mali mjehurići ili požarica. Tko se sičanom otruje, može već poslie njekoliko sati umrieti, nu može da smrt učini kraj mukama tek poslie 1, 3 do 6, pače 15—16 dana.

Ako bolestnik ne umre, vrlo se sporo oporavlja, jer obično ostaju gnojnice u želudcu i crievima, osipi po koži, pojedini su udovi klienuti, dapače takav bolestnik može i tupoglav postati.

Ako odmah za otrovanje saznaješ, čim se je bolestnik sičanom otrovao, treba mu štogod dati da bljuje; obično se daje vino od bljuvaćeg srieša (Brechweinstein) i to odraslima svakih 10 minuta po veliku žlicu, a djeci po kavenu žličicu, sve dotle, dok se ne izbljuje.

Da se prisili na bljuvanje, može se perom ili prstom škakljiti po ždrielu ili mu dati da pije stepke (mlačenice). Treba mu dati što sluzava ili uljena da pije ili mu daj bjelanjak od jajeta, razmutiv ga u vodi ili mu daj vode vapnenice.

Bljuvao bolestnik ili ne, treba mu dati **magnezije** da pije i to se raztopi 50 grama magnezije u 300 grama vode; od ove raztopine daj mu svakih 10 minuta 4—6 žlica; svaki put treba dobro promućkati.

U liekarnama ima i protuotrov »liek od sičana«. Od njega se daje iz početka svakih 10 minuta 1—2 žlice, poslie svaka pol sata, a nakon njekog vremena sve na 1—2 sata po 1—2 žlice.

Ako ne možeš ništa od navedenoga dobiti, neka bolestnik pije mlieka što više može.

Kad se tko ne otruje iznenada, već sve malo po malo, kao što to biva kod radnika, koji sa sičanom posla imaju ili kod onih, koji stanuju u sobama, gdje su stiene oblieplјene papirom, koji ima sičan u boji, onda pojavi nisu tako silni, kao oni, što smo na početku naveli. I ovo postepeno otrovanje, ako mu se za vrieme na put ne stane, može biti smrtonosno. Pojavi kod ovih slučajeva jesu ovi: upala očnih veznica, neuredno probavljanje; otrovani osjeća bol u trbuhu, grlo mu se izsuši, goni ga na bljuvanje, gadi mu se na jelo, ima glavobolju, osip po koži, drhtavicu, trnci ga prolaze ili su mu udovi klienuti. U mokraći onih, koji se ovako truju, nalazi se sičana i to je upravo najbolji dokaz, od čega stradaju.

Da ovakovi nesretnici ozdraviti mogu, nuždno je, da se najprije uklone iz mjesta, gdje su se otrovali, onda treba, da im se daju liekovi, od kojih će dobiti proljev, znojiti se ili će ih siliti da mnogo mokre, da se ovako otrov iz tiela izluči. Treba da se dobro hrane, a k tomu neka uzmu u jutro i na večer 3—5 centigrama nišadora. Ovaj će bolje sičan raztvoriti, pak će se lakše iz tiela izlučiti.

OTROVANJE SMRDCEM.



Sl. 74. — Smrdac.

Kadkad zamieni se nezrelo sjeme smrdca (kužnjaka, tatule, Stechapfel, Datura Stramonium) s makovim sjemenom, a kadkad zrelo sjeme sa kimom, odtud nastane otrovanje. Znadu se i djeca igrajući se sa smrdcem otrovati.

Obilježja otrovanja isto su takova, kao i kod paskvice, samo, što su još mnogo silnija. O otrovanju i o liečenju istog valja sve ono, što je rečeno kod otrovanja paskvičinom. Smrdac je i liekovit, nu rabi ga narod samo za marvinče, i to onda kad jedno govedče drugo

rani ili kad ima makar drugu kakovu ozledu, da se crvi u rani ne zalegu ili ako su se već zalegli, uzmu list i stabljiku od smrdca, dobro ga sgnječe, pa tim sokom što ga iztiskuju, kapnu po njekoliko kapi na ranu; crvi od tog svi uginu.

OTROVANJE SUMPORNOM KISELINOM.

Sumporna kiselina oduzima vezivu, s kojim u doticaj dolazi, vodu; ona se okrasti izjedanjem, bude kao lužinom opaljena ili ojedena.

Ako je sumporna kiselina kroz usta i jednjak u želudac dospjela, odmah čovjek osjeća, da ga ondje vanredno ljuto žari, a to osjećanje se proteže od ustiju kroz sve do crieva. Ujedno mu se smuči te bljuje kisele krvi, kao čokolada smedje ili crne bljuvotine. Lice otrovanog upalo je, oči su mu utonile, te imaju duboke okrajke, koža je hladna, noge i ruke kadkad su hladne kao led, onda se pojavlja jaka žedja i velik strah.

Ako pogledaš nesretniku u usta, opazit ćeš, da su mu ustne, opna sluznica u ustima i ždrielo sasvim bieli ili po tom, kako je otrov jak bio, izgledaju kao izgorena.

Kod otrovanja sumpornom kiselinom, nesretnici ili brzo umru ili otrov probije stienku želudca, te opet uslied upale opne trbušnice umre.

Ako gršni zaklopac naglo oteče, može se nesretnik i udušit. Ako otrov i nije jak bio, ipak može poslie otrovanja od krvarenja iz želudca umrieti. I u izvanrednim slučajevima, kad otrovani živ ostane, opet se ne može podpunim zdravljem pohvaliti, jer od otrova povredjena mjesta su kao izgorena, naprave se ondje zarastice, uslied čega se želudac i jednjak suzi; bolestnik najposlie od slabosti umre.

Ako se tko samo sa malo razriedjene sumporne kiseline otrovao ili ako nije u želudac dospjela, jer je imao grč u ždrielu, pa nije mogao gutati, već ju izbljuje, nadati se je, da će ozdraviti.

Liečenje sastoji se ponajprije u tom, da se u želudcu nalazeća se sumporna kiselina učini neškodljivom. Najsgodniji liek za to je pržena magnezija, 50 grama na 300 grama vode, svaki deset minuta po 4—6 žlica. Tekućinu treba dobro stresti, da se sva izmieša. Ako nemaš magnezije pri ruci, daj nesretniku nastrugane krede, stučene ljupinke od jaja, vodu vapnenicu, mlieko, sapunicu ili vodu sa bjelankom razmućenu ili samo čiste vode, ulja ili kakav sluzav napitak.

Nadalje treba metati hladne obloge na vrat i na želudac, uštrcavati morfin pod kožu, da se ustavi bljuvanje. Ako bolestnik ne može gutati, da se pokriepi i na životu uzdrži, mora se klištiriti mesnom juhom, u koju valja metati vina ili jaja.

Ako je opasnost prošla, a bolestnik poslie opet bude boli imao, daj mu opet do deset driemkovih kapljica.

OTROV U KOBASICAMA.

Ako se kobasice (dievenice) ne prave kako treba ili ako su za nje uzeli pokvareno meso, tad se u njima tvori jedna vrst raztvaranja, koje ima veoma otrovne sastojine. Kobasice imaju od tog veoma oduran miris i kus, te kad tko takove pokvarene kobasice jede, zaboli ga želudac, smuči mu se, bljuje, dobije grčeve i nesvjesticu.

Takovo otrovanje lieči se liekom za bljuvanje ili tko sam od sebe bljuje, daje mu se štogod za očišćenje, od čega će brzo na polje izaći ili mu se daje klištir.

Osim toga treba takodjer prati ga octom, dati mu da pari noge u podražujućoj kupelji, da pije jakoga ruskoga čaja ili crnu kavu.

Svi ovi liekovi jedva da će otrovanoga od smrti spasiti. Smrt nastupit će od iznemoglosti poslie 5—8 dana.

Tko jede kobasice, neka dobro pazi; opazi li, da nisu kako treba, neka ih odmah ostavi.

OTROVANJE UGLJIČNOM KISELINOM.

Ugljična kiselina razvija se pri svakom izgaranju, onda na površini zemaljskoj pri truleniju; ona izbija iz rudnika i pukotina zemlje, iz vulkana, a ima je i u njekojim špiljama i zdencima. Ima je i u zraku, koji čovjek i životinja izdiše. Odrasli čovjek izdiše u jednom satu *22—23* litre ugljične kiseline.

Kada se u jednom prostoru mnogo ugljične kiseline nakupi, pa ju čovjek ili životinja udiše, ona je žestok otrov, ter može mahom usmrtiti.

Ugljična kiselina razvija se u podrumima, gdje vino i pivo vrije, zato se čovjek mora dobro čuvati ovakovih prostorija.

Kada udiše zrak, u kom ima na 100 dielova običnog zraka 1—5 dielova ugljične kiseline, osjeća neprijatnost, nesvjesticu, glavobolju, smuči mu se. Ako u zraku ima $^3/_{10}$ ugljične kiseline, onda u takovom zraku za kratko vrieme umre.

Ugljična kiselina teža je od običnog zraka, zato se i drži doljnjih slojeva u prostorima, gdje se razvija; ljudi ju gdjekoji put tek onda osjećaju, kada su prinuždeni, da se sagibaju.

Ako se sama ugljična kiselina udiše, od nje se pojave grčevi u organima za disanje; glasiljka, kroz koju zrak prolazi, začepi se, čovjek ne može više disati, on se uduši.

Ako tko udiše ugljičnu kiselinu pomiešanu sa zrakom, to mu škodi po tome, koliko je ugljične kiseline u zraku. Isto takove pojave opažamo, kad tko udiše svietleći plin od ugljena, koji još nije dogorio na pr. kad tko spava u sobi, koja se žarom grije, kao što je još u mnogim kućama običaj ili kad zatvoriš oduške na peći, a ugalj još nije dogorio. Ovaj plin jako se čvrsto spaja sa crvenilom, što ga u krvi ima, uslied toga krv nije više u stanju da prima kisik, disanje prestaje i čovjek se uduši, ako mu nema brze pomoći.

Ovakovo otrovanje nije kod svakoga jednako. Njekomu više i brže škodi, a njekomu manje. Prva obilježja otrovanja jesu: nesviestica, zujanje u ušima, muka na bljuvanje, san. Ako je čovjek sviestan, te se jadu svom dosjeti, dok je još pri sviesti, bježi iz takovog prostora ili otvara prozore. Mnogo puta nema više snage, da se nesreći otme, podje, ali se od slabosti sruši i u nesviestici dušu pusti.

Nu i oni, koji su se od očite pogibelji, bud vlastitom snagom, bud tudjom pomoćju spasili, znadu stradati, a često puta i glavom plate, jer im se znatno povriede pluća, mozag, jetra, bubrezi itd. te od bolesti na ovim ustrojima i umru.

Prije svega treba nesretnika, koji se ugljičnom kiselinom otrovao, iznieti na čist zrak, glavu mu položi povisoko, prskaj ju hladnom vodom, na noge i listovi metni gorušičnu kašu ili papir, daj mu klištir s octom. Kad se oporavi i gutati može, daj mu vina, rakije ili crne kave. Ako mu se ne da disati, upotriebi vieštačko disanje (vidi ovo).

Radnici, koji imaju posla u takovim prostorijama, za koje se sumnja, da ima u njima ugljične kiseline, neka se najprije osvjedoče, da li je zrak prost od nje, a to neka čine sliedećim pokusom. Neka zatvore u kavez kakovu pticu ili malog sisavca na pr. miša ili parcova. Taj kavez neka spuste u prostor, u kom misle raditi. Ako su ove živine 10—15 minuta u tom zraku preživile, a da nisu uginule, ne trebaju se ni radnici zla bojati. Ovo je najbolji i najsigurniji pokus.

Ako se ugljične kiseline nakupilo u onim prostorima, treba nastojati, da se ukloni. Ovo se u podrumu ili zdencu ovako postići može: treba da se zrak u gornjim slojevima razriedi, da tako živahnije strujanje zraka nastane. U tu svrhu lože vatru oko zdenca ili jako ugriju cievi od kovine, pa ih sve dublje u zdenac spuštaju.

Isto se tako izdašno strujanje zraka proizvadja, ako se zrak silno potrese. Ovakovim potresom razbjegne se ugljična kiselina; zato pucaju u takove prostore ili bacaju unutra od slame načinjene goruće vience.

Kad napokon radnici u takve prostore unidju, sačuvaju se od otrovanja, uzimajuć sa sobom cievi za disanje, koje su u savezu sa

zrakom na površini zemaljskoj. Oni vežu i uže sebi oko pojasa, za koje ih napolje izvuku, čim im opasnost prieti. Tako treba da na se paze i oni, koji idu u takove prostore, da spasavaju unesrećene.

OTROVANJE ŽIVOM.

Tko se bavi u prostorijama, u kojima je zrak pun pare od žive (živoga srebra, Quecksilber), kao što to biva, gdje se živa kopa, gdje se ogledala prave, u tvornici toplomjera i šešira itd. lahko se može otrovati živom, isto tako može se od nje otrovati, tko pije dulje vremena liek, u kojem ima sastojina od žive.

Tko sam hoće da svoj život prikrati, obično pije »siridžik«. Lahko do njeg dodju, jer ga ženskinje kao bjelilo upotrebljuju. Čim je tkogod taj otrov progutao, gori mu u vratu, nesnosni bakarni kus u ustima, bljuvanje biele, a često i krvave smjese.

Desi li se tkogod pri nesretniku, čim se je otrovao, daj mu odmah bjelanjka, mlieka, bljuvnjaka ili s vodom razriedjeno brašno. Zatim neka se perom škaklji po grlu ili neka turi prst u usta, da se izbljuje; čim prije, tim bolje.

Postepeno ili lagano trovanje sa živom dogadja se kod radnika, koji sa živom posla imaju.

Prvo obilježje, da se je tko otrovao sa živom jest, da mu teče slina, dalje se pridruži katar crieva, koji može na toliko pozliti, da se izvrgne u najljuću srdobolju. Karakteristično obilježje ovakovog otrovanja je »drhtavica«, koja napada na otrovanog. Takovom nesretniku počmu gornja i dolnja uda i mišice lica drhtati, od tog konačno mogu nastati trzanja i kljenut.

Kad se tko postepeno otruje sa živom, najbolje je, da se lieči hladnom vodom ili znojenjem i to tako, da se u hladnu vlažnu ponjavu umota i vunenim pokrovcem ili čebetom dobro pokrije i zavije. Za tu nepriliku valjaju i tople i to parne kupelji, irsko-rimske i sumporne kupelji.

Da se živa, što je još u tielu ima, što brže iz njeg odstrani, valja da bolestnik uzme 3—7 grama jodkali u 90 grama prekapane vode, od tog neka pije 2—3 male kašike na dan.

Da se užgalina desni zaprieči, neka češće usta izpira sa stipsom ili sa trieslovinom. Za okriepu tiela neka se hrani dobrom hranom i pije vina ili piva; neka uzme 2—3 put na dan vina od kine ili željeznih kapljica 2—3 puta na dan po 20—40 kapljica.

OZEBINE.

Kada studen duže na koju čest tiela djeluje, to se ondje njeke promjene sbivaju. Ponajprije se uslied zime pod kožom ležeće žile stežu, bivaju manje, krv, koja je u njima, povuče se dalje unutra. Osjećamo,

da nam je zima i počimamo drhtati, i to zato, jer se je krv unutra povukla. Malo po malo popuštaju te žile; ako dugo zima na nje djeluje, one se razšire, pa što ih više studen bije, tim više gube silu, da se opet stežu, one oslabe i ostanu trajno razširene. Sad kroz stienke žila navali krv i u okolo ležeća veziva, koža se zacrveni, oteče i vrlo peče, kan da je žar po njoj, te počme i svrbiti.

Ovakovo stanje može brzo proći, ali može i duže potrajati. Mjesto, gdje nas koža tako svrbi, oteče i peče; kažemo, da je nazeblo.

Ozebine (Frostbeulen) ćemo vrlo lahko dobiti, kad je vrieme studeno, a pri tom i vlažno. Kad se ne znamo dobro obraniti od studeni, ozebsti će nam nos i uši. Od mokre i tiesne obuće dobit ćemo zimi ozebine po nogama.

Ljudi, koji mnogo posla imaju s rukama u sobama, gdje se ne loži, dobiju ozebine po rukama.

Kad nastane toplije vrieme, obično ozebine prodju, ali se znaju opet pojaviti, čim vrieme na novo zahladi.

Ozebine je teže liečiti, nego li se čuvati, da do njih ne dodje. Obranit ćemo se od njih, kad se prikladno toplo obučemo, kad na ruke oblačimo vunene narukvice i nosimo rukavice. Najbolje su, koje su podstavljene krznom. Na noge ćemo nataknuti čižme sa visokim sarama sve do koljena. Čarape neka budu vunene, ali ne tako debele, da se od njih ne bi mogla noga u obući micati. Treba se čuvati, da ne stojimo na zimi; ne valja noge grijati kod vruće peći, kad su nam ozeble.

Ruke ćemo najlakše ugrijati, kad jednu o drugu taremo. Ozebine, koje su tek nastale, izliečit ćemo, ako metnemo na nje obloge od leda ili ako ih taremo sniegom. Možemo ih mazati jodnom tinkturom, raztopinom od paklenog kamena 1 : 10, opodeldokom, tutkalom, melemom od tutije (Zinksalbe) itd.

Tko strada od kroničnih ozebina, ne će se ni s ovim liekovima sam izliečiti. Ako pazi, da do ozebine ne dodje, ne će mu ipak toliko dosadjivati.

PADAVICA.

Padavica (velika bolest, gorska bolest, nevolja, Epilepsije) je bolest, kojoj je sjedište u centralnom živčanom sustavu. Nepobitna je istina, da je padavica nasliedna bolest. Ako razpitamo za roditelje padavičavog, čuti ćemo, da su mu roditelji sami ili njihov djed ili baka od padavice stradali ili da su bolovali od koje bolesti živčanog sustava, da su imali bolest moždjana, da su imali drugu koju živčanu bolest ili da su bolovali od hrbtenjače ili napokon da su bili veliki pijanice. Na pijance i samobludnike često napada padavica, ali od nje mogu i sasvim zdravi stradati, koji redovit život vode. Osim navedenog najobičniji uzrok padavici je duševna uzrujanost i osobito velik strah.

Bolest sama sastoji u trzanju, koje grčevima naliči. Stanka izmedju trzanja kadkad je dulja, a kadkad kraća. Za vrieme, kad je bolestnik prost od padavice, ne osjeća, da je bolestan. Kad ga spopadne, ostavi ga sviest. Kadkad bolestnici osjećaju unapried, kad će ih spopasti. Tako kažu njekoji, da osjećaju, kako im ide od ruku i nogu prema glavi njeka fina struja studeni ili topline. Drugima se opet čini, da ih trnci prolaze ili im se pamet mieša, u ušima im šumi, iskre im pred očima vrcaju, da, njekoji imaju i halucinacije. Kadkad mogu bolestnici točno označiti mjesto, odakle padavica počima. Ako sada prst na ruci ili na nozi, za kojega kažu, da padavica izlazi, čvrsto čime omotaš, možeš ga očuvati od napadaja.

Kad bolestnika padavica spopadne, strašnim se krikom na pod sruši; najčešće padne na ledja ili postrance. Sad mu se počimaju uda grčevito raztezati. Glava je natrag potegnuta, oči otvorene i ukočene, disanje je prestalo, žile na vratu napunile se krvlju, lice pomodrilo. Na ovu ukočenost sliede isto takova trzanja, kao što smo ih opisali kod eklampsije (vidi »Nagli padavičasti grčevi«).

Mnogomu bolestniku, kad ga padavica trza, ide voda i blato nehotice. Trzanja popuste ili sasvim iznenada ili malo po malo, pri tom bolestnik uzdiše ili bljuje.

Kad ga bola ostavi. navali na njeg dubok san, a u snu jako hrče. Ako ga sada probudiš, začudjeno oko sebe gleda, ništa ne zna, što se je s njim dogodilo, želi da i nadalje spava. Ni drugoga dana još nije dobro razpoložen, u glavi mu čudno kruli. Malo po malo izgubi se i ovo, bolestnik osjeća, da je opet podpuno zdrav.

Padavica traje njekoliko časaka, a može i do ¼ sata bolestnika mučiti. Mnogi bolestnik, kad ga padavica popusti, jako je razdražen, dapače zna na njega napasti i ludilo ili kljenut. Ovi pojavi mogu proći, a mogu i potrajati.

Osim ove jake padavice ima i slabija, tako zvana nepodpuna padavica. Bolestnika spopadne nesvjestica, on se tetura, padne na zemlju, ali neda glasa od sebe. Lice pobliedi, cielo mu tielo drhće. Za kratko vrieme se osviesti; istina malo je sbunjen, ali opet može započeti posao nastaviti.

U drugom slučaju bolestnik nikako ne upadne. Sviest mu se samo pomuti, pogled ukoči, posao ili govor iznenada prekine, no za kratko vrieme opet nastaviti govoriti i raditi, gdje je bio stao, baš kao da ništa s njim nije ni bilo.

Padavica se ne drži reda. Kod mnogih mogu i godine proći, dok ih opet snadje. Kod njekojih ne prodje ni njekoliko mjeseci, dapače ni njekoliko nedjelja, a da ih ne muči.

Bolestnik riedko se kad od padavice podpuno izlieči. Ako se ova do najvišeg stepena razvila, a dotična osoba je u dobi muževnosti, nema nade da će ikad ozdraviti.

Isto tako je vanredno riedko, da bi tko u tom času umro, kad ga padavica muči. Takav bolestnik može umrieti s toga, što mu se čestim trzanjem mozag razboli ili što ozledi mozag kad padne ili dobije drugu kakovu bolest u mozgu, a može da i umre od bolesti, koja nije u nikakovom savezu sa padavicom.

Mnogo puta znadu se ljudi pretvarati, da ih padavica hvata, a to rade oni, kojima se ne će u vojnike. Najbolje sredstvo, kojim se može saznati, da li je tko sbilja padavičav ili se samo pretvara, je goruća svieća. Kod onih, koji zaista od padavice stradaju, u času, kad ih ova mori, oko je ukočeno, zjenica je razširena te se suzuje, kad iznenada jako svjetlo na nju upadne. Ako li metneš goruću svieću pred oko onoga, tko se samo pretvara, zjenica se taj čas svije i biva manja, a time je varalica sam sebi sud izrekao.

Za padavicu bilo je u svako doba svakakovih liekova; odviše bi bilo, da ih sve nabrajamo i da kažemo, od kakove su koristi. U novije doba lieči se padavica vrlo dobrim uspjehom sa bromkali. Daje se odraslima 4—6 grama na dan. Djeca dobivaju polovicu. Ako bromkali i nije u stanju padavicu sasvim izkorieniti, to ipak čini, da se tako često ne pojavi.

Ima doduše slučajeva, kad ni taj liek ništa ne pomaže. Njeki su liečnici vješto pregledali takovog bolestnika, pa ako su opazili, da ima kakovu zarasticu, izrezali su ju; to je mnogomu već pomoglo.

Najglavnije, na što padavičavi paziti mora, jest: valjana dijeta, da se čuva svake pustolovine u pogledu pijanke i spolnoga obćenja, da se čuva ozlede, kad ga padavica hvata.

Padavičavi, na kojega napadne ludilo, mora se uklonit iz čovječjeg družtva i odpraviti u zavod za umobolne, jer često puta se dogadja, da takav čovjek u svom iznenadnom ludilu umorstvo počini; ne treba nikada padavičavoga bez nadzora ostaviti.

PASKVICA.

Paskvica (devesin, vinika, Tollkirsche, Belladonna) je biljka, koja i prezimiti može. Raste u obliku grma do 1 metar visoko, lišće joj je dugoljasto, valjku slično, krajevi lista su gladki, tamno-zeleni, te finim dlačicama obrasli.

Cviet se razvija u kutu grančice, boja mu je tamno-crvena. Plod je mesnat, okrugao, iz početka zelen, poslie crvenkast, dok napokon

ne pocrni, te je velik kao male trešnje. Paskvica je otrovna; tko se najede ovih bobica, imat će zle posliedice.

Od ove biljke dobiva se atropin, koji je ljekovit. U ljekarnama ima liek od paskvice koji se dobiva pod imenom »Belladonnaextrakt«. Upotrebljava se kad mala djeca kašalj hripavac imaju. Po prilici 3 dg. toga lieka uspe se u bademovicu, te se od njeg djeci daje, koja još nisu dvie godine stara, svaka dva sata po jednu kavenu žličicu, a onoj, kojoj su dvie godine prošle, daj svaki sat po jednu kavenu žličicu.

Paskvica cvate od lipnja do kolovoza.



Sl. 74. — Paskvica.

PČELINJAK.

Pčelinjak (matičnjak, Melisse) podražuje opnu sluznicu u želudcu, a i grčevi od njeg prestanu. Čaj od lista pčelinjaka daje se, kad tko ima slabu probavu, kad mu se bljuje, kad mu se trbuh napuhava, a i proti griži u trbuhu.

Od lišća pčelinjaka i drugih mirišućih bilina pravi se aromatična žesta i aromatična spirituozna vodica.

Ove tekućine upotrebljuju se i kao nutarnji i kao vanjski liek za mazanje. One osvježuju, oživljuju i razdražuju, zato se upotrebljuju, kad je tko slab, ima nesvjesticu, bljuvanje itd.



Sl. 75. — Pčelinjak.

PELIN.

Pelin (Wermuth, Absinth) spada medju gorko-aromatične liekove. Ima u sebi ulje, koje brzo izhlapi i njeku gorčinu. Upotrebljuje se, kad je komu slab želudac, te ne može dobro probavljati. Zato pravi

se obarak od suhog pelina, te se uzima od njega 5—10 grama. Ovaj se čaj pije jutrom na tašte. Narod veli, da ga treba četrdeset jutara svaki dan piti, ako hoće od njega koristi biti. Pelin meću u rakiju, ostave ga nekoliko dana na suncu, te ga piju za bolju probavu.

Iz pelina i sladkog januša (anisa) prave u Francezkoj piće, koje tamo vrlo rado piju. Tko često i mnogo ovo piće pije, zna mu i škoditi.

U Bugarskoj meću pelin u širu. Kad se vino očisti, piju ga pod imenom »pelin«. Kažu, da je ovakovo vino zdravije od čistoga vina.

Kad se pravi vino pelinkovac (bermet, pelunija), meće se uz druge mirodije i struk pelina; odtuda mu i ime »pelinkovac«. U ljekarni dobije se pelinove kapi, od kojih valja svaki dan 3 do 4 puta po 20 do 30 kapi uzeti.



Sl. 76. — Pelin.

PERUTAC.

Vele da perutac (grinta, Milchborke, »Vierziger«) četrdeset dana traje, a nastaje uslied toga, jer žliezde salovnice ili mazalice mnogo više mazi ili sala izlučuju, nego što obično biva.

Perutac se drži ili samo pojedinog ili stanovitog mjesta ili se po svoj površini kože razširi.

Kad se samo stanovitog mjesta drži, opažamo ga po kosom obrasloj koži na glavi, na licu i na spolovilu. Na tim mjestima uhvate se kraste ili ti se vidi, kao da su ta mjesta uljem namazana.

Perutac po glavi obično dobiju djeca u prvoj godini života. Ako se djetinja glava čisto ne drži, to se sa onom mazi, što ju žliezde mazalice izlučuju, smieša prah i druga nečistoća te se naprave ružne kraste. Ako ove dugo na glavi stoje, to se koža pod njima užge te i ona strada. Da se perutac još uviek često kod male djece vidja, uzrok je tomu krivo u narodu ukorjenjeno mnienje, da se perutac ne smije liečiti, jer kad bi se izliečio, moglo bi diete drugu kakovu opasnu bolest dobiti. Nije nuždno, da se kaže, da je ovo puka izmišljotina potekla od gluposti.

Perutac češće se na licu pojavi. Takovo lice izgleda, kao da je ugljenom namazano, kao da se sjaji; ako se ne drži čisto, potamni od praha i izgleda kao blatno.

Spolovilo se ojede, kad žliezde salovnice mnogo loja izlučuju, dapače mogu se od perutca i krajišta na spolovilu užgati.

Čistoća zapriečiti će da salo kroz kožu ne probije; ako li probije, to ga valja ukloniti, dok se od njeg još nisu kraste napravile.

Ako već ima i krasta, treba ona mjesta uljem namazati da kraste omekšaju, te ih poslie oprati vodom i sapunom. Ako su kraste velike i tvrde, treba glavu na večer namazati uljem, na glavu metni preko noći čvrsto uz glavu priležeću kapicu od flanela. Ova neka leži 10 do 12 sati djetetu na glavi; kraste će za to vrieme omekšati, pa ih tad operi vodom sapunicom.

Tako treba glavu svaki dan dulje vremena sapunicom dobro oprati i valjano posušiti, dok djetetu sve kraste ne spadnu i ono čistu glavu imade.

PIJANSTVO.

Pijanstvo je navika, da se neumjereno ili prekomjerno pije alkoholno piće. Kakav upliv ima neumjereno pijenje na moždjane i mozag u hrbtenjači, vidi »ludilo od pijanstva«. Eto kako alkoholno prekomjerno pijenje djeluje na druge ustroje, naime na usta, ždrielo i želudac.

Alkohol draži sluznicu tih ustroja; razdraživosti sliedi kronični katar istih, a tko takav katar ima, tomu strada izhrana, čovjek sve malo po malo slabi i gubi sile. Razširene krvne žile na nosu i po licu javni su svjedoci ove opačine, ako se čovjek već nije i sam izdao gubitkom inteligencije, nemarom za radom ili slabinom.

Tko odviše rakiju pije, jetra mu stradaju, snadju ga bolesti jetara i bubrega. Tko mnogo rakije u jedan mah popije, može i naprečac umrieti, jer mnoga rakija djeluje kao jak otrov.

Liečenje sastoji se u strogoj zabrani, da pijanac ne pije opojno piće, a gdje to ne pomaže, s takovim bolestnikom — jer kao takav ima se pijanica smatrati — u liečilište ili popravilište s njim!

Liekovi koji se proti pijanstvu preporučuju, svi do jednoga ne vriede ništa; oni su svi iz reda nadriliečničtva.

PIJAVICE.

U prijašnje vrieme upotrebljavali su pijavice vrlo mnogo za liečenje štokakvih bolesti. Sadašnja, moderna medicina, ne će ništa više za njih da zna, jer se je znanstvenim pokusima dokazalo, da je hasna, koju bolestnik od njih ima, časovita i brzo prolazna, a šteta,

koju čovjek radi gubitka krvi ima, je trajna i s toga su se pijavice u medicini preživile i prije toli uvaženi ugled izgubile.

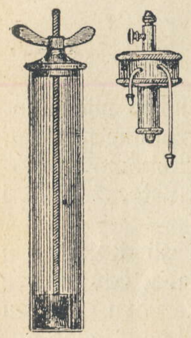
Njekoji liečnici staroga kova još im se nisu iznevjerili, nego ih upotrebljuju kod upale potrbušnice, gdje boli snosnijima čine i kod bolesti materice, gdje se je mnogo krvi sakupilo, da izsišu krv, da je manje bude.



Sl. 77. — Pijavica.

U prvom slučaju postići ćemo to isto, ako se studenom vodom služili budemo i ako dajemo kao liek kapljice od driemka. U drugom slučaju postići ćemo željeni cilj mnogo brže i sigurnije, ako bolno mjesto nješto malo zarežemo malim nožićem, što bolestnica ni osjetiti ne će.

Ima i aparat, umjetna pijavica, koji istu uslugu čini, kao naravska pijavica. Uporabom ovoga aparata, postaje naravska pijavica sasvim suvišna. Ovaj aparat koji poput pijavice krv siše, zove se o svom obretniku »Heurteloupedov aparat«.



Sl. 78. — Umjetna pijavica.

PIJAVICE, KAKO SE MEĆU.

Pijavice treba da metneš baš na ono mjesto, gdje je liečnik odredio. Treba ih metati ovako: Najprije se mora koža mlakom vodom ili sapunicom dobro oprati i obrisati, metni tad pijavicu u malu čašicu ili u staklenu ciev, koja je za taj posao udešena, pritisni je na dotično mjesto i drži je sve dotle pritisnutu, dok se nije uhvatila. Ako dugo ne će da prihvati, možeš kožu šećerom, mliekom, krvlju, neslanim maslom ili priesnim mesom namazati. Kad se je pijavica krvi napila, odpast će sama. Hoćeš li da prije odpadne, a ti ju pospi sa malko soli ili ju diraj sa krpicom, koju si petrolejem nakvasio, na što će odmah odpasti; nu pamti dobro, da je ne smiješ otrgnuti.

Krv treba pustiti da curi tako dugo, kako je liečnik odredio.

Da iz grizotina što više krvi curi, treba ono mjesto, gdje jesu, čistom vatom u toploj vodi nakvašenom češće oprati ili toplim oblogom oblagati.

Kad ne treba više krvi da curi ili kad je već dosta curila, pritisni na svaki ugrizak komadić vate u karbolovinu umočene sve dotle, dok se nije prilieplila a krv stala.

Ne ustaviš li krv ovako, što kod male djece kadšto opasno biti može, operi ono mjesto, odkud krv dolazi, naberi tu kožu, primi ugrizak u naboru palcem i kažiprstom, pa ga stisni i drži, dok krv

nije stala. Ako je ugrizak za uhom, ti ga pritisni uz kost i drži prst na njem, dok krv ne stane.

Ako je tko pijavicu progutao, daj mu jake slane vode. Isto tako mogu se pijavice uništiti, kad su u stražnje crievo ili u rodnicu ušle, uštrcanjem slane vode.

PILA.

»Ali od svega najbolja je voda«, pjevao je već stari grčki pjesnik, pa ova istina i danas je isto tako nepobitna, kao što bijaše u ono staro doba. Voda je glavna sastojina svih tekućina u tkaninama našega tiela. Ona daje hrani sposobnost, da ju ustroji lahko upijati mogu. Voda je najsgodnije sredstvo, kojim se splakaju sve nepotrebne tvari u čovjeku te se njome iz tiela izlučuju, baš kao što mi njekoju posudu vodom popiramo, te s njom i nečistoću iz posude izbacimo.

Vodu, koju organizam potrebuje, da obavi sve nuždne poslove, ne dovodimo našemu tielu samo vodom, koju pijemo, već ona dolazi u naše tielo i hranom, koju jedemo.

Samo onda, kad u hrani, koju jedemo, nema toliko vode, da ovlaži sva veziva i da hranu u želudcu razriedi, osjećamo da smo žedni.

Da žedju ugasimo, prirodno i najprikladnije piće je voda.

Kad se čovjek počeo penjati na sve viši stupanj kulture, počeo se u njem i ukus razvijati. Sada već nije bio zadovoljan sa trieznom vodom, koja je bez ikakvog podražujućeg ukusa. Počeli joj štošta dodavati, što bi joj tek promienilo. Nije dakle bilo dosta, da voda samo za gospodarstvene svrhe tielu služi, nego je trebalo, da i u ustima pobudi i podraži ukus.

Prijatni tek gdjekojeg voća htjeli su da sačuvaju i za ono vrieme, kad ga više u prirodi nema, pa jer se voće ne može dugo držati, počeli su s njime na razne načine manipulirati.

Kad su voće spremili, a ono poslie njekog vremena počelo vrieti, sigurno im se taj ukus iz početka nije dopao, nu malo po malo priučili se i na taj ukus, koji je vrienjem u voću nastao, dapače počeo im je taj tek prijatan biti i tako bje temelj položen našemu žestokomu piću s njegovim dobrim i hrdjavim svojstvima.

Neda se tajiti, da su žestoka pića, kad se umjereno piju, od velike koristi, nu to samo onda, kada se bolesti radi piju, dapače su u njekim slučajevima upravo i nuždna.

Ima dokaza i zato, da čovjek do velike starosti doći može, akoprem nikada u životu svom nijedne kapi žestokoga pića nije okusio, i mnogi bi do starosti došao, da se nije upoznao s takovim pićem.

Piću, kojim se čovjek nasladjuje, brojimo vino, pivo, mošt, rakiju i liker.

PIRIKA.



Sl. 79. — Pirika.

Pirika (pirevina, Quecke, Agropyrum repens) ima u sebi sastojina, koje razdraživost utišaju i na mokrenje potiču, zato se od nje pije uvarak kod vodene bolesti ili kad tko ima šuljeva. 30 do 50 grama pirike vari se sa ¼—½ litre vode.

PJEGAVO LICE.

Pjegav kaže se onomu, tko osobito ljeti ima po licu, a kadkad i po rukama kad tamnije, kad bliedje pjege (lećice, Somersprossen). Ove izbijaju više ljeti, nego zimi, zato im se kaže, da su to pjege od sunca. One nastaju od tuda, što boja u koži nije posvuda jednako razdieljena. Može se kazati, da kod ljudi, koji su biele puti, te pjege samo zato se vidjaju, jer nije boja u koži posvuda jednako razdieljena, kao u onih, koji su tamnije masti. Pjege se vidjaju ondje, gdje se boja sabrala, a gdje je nema, tamo je put biela. Nije poznato, odkuda ta nepravilna razdjelba boje u koži. Pjege ne opažaju se prije 4—5 godine, a riedko kad vidjamo, da ih imaju osobe, koje su premašile 40. 50. godinu života.

Pjega će nastati, kad se odlupi površna koža, u kojoj se je boja sabrala.

Liečenje sastoji se u tom, da upotrebiš liekove, koji će učiniti, da se koža brže lupi ili koji će izravno kožu lupit. Liekovi, koji su u stanju pospješiti, da se koža lupi, jesu umivanje sa boračevim sapunom ili vapnenom žestom i ribanje pieskom.

Liekovi, od kojih će pjege nestati jesu: sublimat i octena kiselina, raztopina od 3 decigrama na 40 grama vode. U tu svrhu odreže se platnena krpica upravo tolika, koliko je mjesto, gdje su pjege, te se namoči kojim od rečenih liekova i pritisne na kožu; pazi da je krpica 2—3 sata uviek jednako vlažna.

Krajevi krpice moraju se uviek pazljivo od tekućine očistiti, zato, da se zdrava koža očuva. Isto tako postupa se i sa raztopinom od octene kiseline; ovoj raztopini dodaje se u istoj mjeri sumporno mlieko. Nijedan od rečenih liekova trajno ne pomaže; zato je bolje, da na mjesto tih liekova upotriebiš boračev sapun, sapunenu vinovicu ili ribanje pieskom.

PLESANJE.

Stari Rimljani držali su plesanje griehom; današnje vrieme ne drži ga prestupkom, akoprem sadašnji naraštaj ne pleše tako strastveno,

kao što je to u naših djedova bivalo. Plesanje zdravomu ne škodi, t. j. ako se ne pretjeruje, da se njime koji ustroj povriedi.

Tri su ustroja, koja kod plesanja osobito brzi rad razvijati moraju, a ta su **srce, pluća i koža.**

Treba dakle kod plesanja da se izbjegne svemu, što bi rad tih organa još više poticalo; ne treba dakle piti žestoko ili vruće piće. Pazi nadalje, da ne činiš, što je u velikoj opreci s radom tih ustroja i što bi ih lahko povriediti moglo. Amo spadaju sve vrsti prehlade; ne smiješ kad prestaneš plesati, odmah na hladni zrak izaći, niti hladno piće piti. Osobe, koje imaju kakvu bolest na srcu ili na plućima, ne valja da plešu ili da se u plesaćoj dvorani bave.

Kad je žena trudna ili kad ima mjesečninu ili kad joj se u drugoj kojoj prilici ustroji dolnjega tiela u razdraženosti nalaze, ne smije plesati, jer ova u takim prilikama biva kod plesanja još veća.

Osobe koje su zdrave i rado plešu, kad su na plesnoj zabavi, neka malo puše, neka mnogo ne jedu i neka puno ne piju. Kad je odmor, neka se po dvorani prošetaju, a prije nego će kući poći, neka se u pokrajnoj sobi makar pol sata odmaraju.

PLIVANJE.

Plivanje ne samo da je koristno s toga, što čovjek sam sebe spasiti može, ako slučajno dodje u pogibelj, da se utopi i jer drugoga od slične nesreće spasiti može, nego, ono i cienu hladne kupelji znatno povisuje.

Plivajući grudi se šire, sva se uda pravilno gibaju, a pri tom se ne umore. Samo tko plivati umije, zna hladnu kupelj valjano ocieniti; zato bi trebao svatko, mužko i žensko, da se nauči plivati. Plivanje kriepi čovjeka tjelesno i duševno, a mnogo je pametnije i probitačnije, nego moderno vozanje na koturu (Bicyclu).

PLUĆA RAZŠIRENA.

Svaki put, kada zrak udišeš, pune se plućni mjehurići, oni se time i razšire, bivaju prostrani i široki, a svaki put, kada izdišeš, zrak, koji je u plućnim mjehurićima, izprazni se, a ovi splasnu, upravo tako, kao kad iz kakvog mjehura zrak iztisneš.

Kako se plućni mjehurići zrakom pune i opet izprazne, možeš vidjeti i osjetiti, ako komu grudni koš promatraš. Vidiš kako se nadima, razširi i opet splasne, stegne se. Metni ruku na prsište, osjetit ćeš, da unutri ima njeka sila, koja čini, da ti se ruka podizuje i spušta.

Kad njetko diše, pa mu zrak u pluća ne ulazi ili kad izdiše, pa mu zrak iz pluća ne izlazi, dizanje i spuštanje ruke ne možeš osjetiti, jer ga u istinu i nema.

Zrak ne će u pluća ulaziti, t. j. ne može ulaziti, kad su zračni mjehurići stisnuti ili kad su puni kakove tekućine na pr. kod upale pogrudnice i upale pluća. Zrak neće moći iz pluća izlaziti, kada plućni mjehurići izgube svojstvo, da se stegnu. Ovo stanje, da se naime plućni mjehurići ne mogu stegnuti, zove se razširena pluća ili nabuhlina ili nabujica (Lungenemphysem).

Kada nikakove zaprieke nema, da zrak u pluća ulazi, ali ima zaprieka, da ne može izaći, tad se plućni mjehurići sve više i više raztegnu, njihove stienke konačno puknu, te tvore velike, zrakom pune mjehure. Ovo se može dogoditi samo na gdjekojoj česti pluća, a može da zahvati i veliki dio pluća. Ako se ovakovi veliki mjehuri po većem dielu pluća protegnu, onda ova bivaju velika i imaju poseban oblik.

Ovakovom stanju mogu razni uzroci biti, ako koji dio pluća radi bolesti biva nesposoban, da čovjek ne može pravilno disati, onda mora disanje tim jače biti u onim čestima, koje su zdrave ostale, te pomalo i te česti, koje su zdrave bile, mogu da izgube svoju praživost.

Izdisanje nije više u jednakom razmjerju sa udisanjem zraka; ona mjesta, koja su zdrava ostala, uslied toga jako se razšire. U tim slučajevima može opet biti, da se dušnice uslied katara sužuju, a time se izdisanje zraka otežčava, dok udisani može ovu neprilikn sasvim da svlada, uslied toga više će zraka u pluća doći, te će se ova više zrakom napuniti, nego što će se izprazniti; posliedica toga opet će biti, da će se pluća razširiti ili nabujati.

Isto takove posliedice ima i grčeviti kašalj; i tu će zrak, koji se izdisati mora, naići na zaprieku, na pr. kod kašlja hripavca.

Puhanje u razne inštrumente za sviranje te nošenje težkog tovara takodjer doprinose nabujici pluća.

U svakoj od ovih prilika plućni mjehurići trajno se razšire, t. j. oni malo po malo nabujaju, te time postepeno gube sposobnost, da se opet stežu.

Najsigurniji znak ove bolesti je, što čovjek na kratko disati mora, t. j. diše brzo jedno za drugim.

Pluća u takovog bolestnika velika su, možebit veća, nego što uz normalne prilike moraju biti, ali pri svem tom zanavljanje zraka nije dovoljno. Pluća samo jedan dio zraka iz sebe izpuštati mogu, te ga čistim zrakom, u kojem ima kisika, zamiene, dok se veći dio, u kom se zaliha kisika iztrošila, u plućima zaustavlja, te tako postaje upravo zapriekom disanju.

Nadalje uz nabuhlinu pluća biva i obticanje krvi nepravilno. Zna se, da pojedini plućni mjehurići kod ove bolesti, kad se razpuknu i stienka nestaje, tvore zajedničku šupljinu, koja je znatno veća, nego u pojedinog mjehurića. Kad se te stienke izgube, nestane ujedno i žiljne mreže, koja se po tim stienkama pruža; obticanje krvi kroz pluća radi toga izgubi jedan dio svojih puteva; krv, koja iz desne srčane klietke dolazi, ne može da predade svojemu opredieljenju t. j. da prodje kroz pluća i uljeze u lievo predsrdje (vidi obticanje krvi), a to je uzrok, zašto se krv u plućima zaustavi, uslied toga desni dio srdca, sve većim naporom radi, da se oslobodi one velike množine krvi. Posliedica toga usiljenoga i pojačanoga rada sastoji se u tom, da se desna strana srca razširi i biva veća.

Tko dakle pati od nabuhline pluća, obično ima i povećanu desnu polovinu srca. To nam je opet dokaz, kako se organizam trsi, da s jedne strane izravna nedostatak druge strane.

I sbilja izravna ovakova veća polovina srca štetu, što je nastala od nepravilnog obticanja krvi, koja se opet pojavila radi toga, što su pluća nabuhla. Ovo se najbolje opaža po tom, što su sasvim drugi učinci, koji nastaju radi nabuhline pluća, kad srčana sila konačno iznemogne, kad stienke srca oslabe te ne mogu da pritok krvi valjano otisnu.

Ovakovi bolestnici pomodre, lice im se naduva, vratne žile izgledaju kao tanka užeta, oni se tuže na glavobolju i nesvjesticu, nadalje im jetra oteknu, imaju katar želudca i crieva, gukave žile i šuljeve.

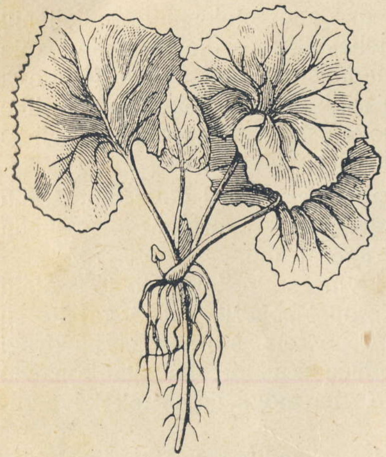
Sve ove neprilike dolaze odtuda, što desna strana srca ne može svoj rad s krvlju valjano vršiti. Ono ne može da primi svu krv iz desnog predsrdja, a radi toga ne može ni predsrdje da primi svu krv, koja mu dolazi iz gornje i doljnje velike žile krvice. Krv se ustavlja najprije u onim krvicama, koje svoju krv neposredno u rečene dvie žile izlievaju.

Radi ovoga obustavljanja krvi pojavi se katar crieva i želudca. Bolestnik misli, da je tomu zlu želudac kriv, pa drži, da je i kašalj od želudca, koji obično s ovim neprilikama dolazi. Jasno je, da su pluća uzrok kašlju, a ne želudac.

Bolest se na dugo oteže, bolestnik sve brže diše, često puta ga napada žestoka sipnja (usipa se), napokon ga oblada vodena bolest po svem tielu i on umre.

Tko ima nabuhlinu pluća, ne može se nikad pravo izliečiti t. j. veziva u plućima ne mogu se tako popraviti, da budu kao što su u normalnom stanju. A ipak pri svem tom nabujica pluća nije nikakova opasna bolest. Samo ako su pluća jako nabujala, mogu tek poslie mnogo godina smrtonosna biti. Pluća se jako sporo razširuju (nabuhnu), te mogu godine i godine proći, dok čovjek tu bolest osjeti i liečničku pomoć potraži.

Ponajprije treba znati zašto se pluća šire, ako se želiš nabuhline riešiti ili zapriečiti da pluća dalje ne nabuhnu. Ako je kakav zanat uzrok ovoj bolesti, treba ga napustiti. — Nadalje mora se onaj, komu su organi u prsištu nabuhli, jako čuvati, da se ne prehladi i ne dobije katar dušnika (bronchija). Ima li takav katar neka se brižljivo lieči, jer upravo taj čini, da biva zlo još gore. Da mu težko disanje i sipnja toliko ne dodijavaju, mora se od uzrujanosti čuvati; ne smije jela jesti, koja ga naduvaju i mora se brinuti, da mu je tielo uviek otvoreno.



Sl. 80. — Podbjel.

Za ovakove bolestnike preporuča se, da žive u zraku, koji je pun kisika, dakle u mjestima, koja su kao zračna lječilišta na glasu, da boravi u jelovim šumama itd.

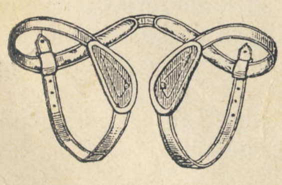
PODBJEL.

Listove podbjela (lopušca, Huflattich) narod upotrebljuje proti plućnim bolestima i škrofulozi. Pravi se od njeg uvarak ili obarak i to: 10—18 grama na ½ litre vode. Pije se s mliekom, a i bez njega.

PODPASAC.

Podpasac se zove pojas, koji služi za podpasanje njekojih utrobnih česti, da ne izkoče na prolom, koji je tik do njih.

Najglavnije sastojine podpasca jesu: jastučić (Pelote) i pojas. Jastučić je ona čest, koja se namjesti ondje, gdje je prolom, te je postavljen, da drži, rek bi, taj prolom zatvorenim. Pojas je oko tiela ovit remenom, koji služi da se jastučić sa svog mjesta ne pomiče.



Sl. 81. — Obostrani podpasac.

Gdjekoji podpasac ima elastičnu spravu, kojom se jastučić uz tielo pričvrsti; to su elastični podpasci.

Podpasci su udešeni prema tomu, na kojemu je mjestu kila ili prolom.

Razlikujemo kile u svezama stegna, slabine i pupka.

Ako je tko samo na jednoj strani kilav, treba mu podpasac sa jednom pelotom; takav podpasac zove se jednostavni ili jednostrani podpasac.

Ako tko sa obadve strane ima kile (što se vrlo često dogadja), to mu treba podpasac sa dvie pelote, te mu se onda kaže dupli ili obostrani podpasac.

Kakav podpasac treba za kile i kako se taj namjestiti ima, kazat će liečnik ili druga, tomu poslu vješta osoba.

PODVEZ PODLAKTENI.

Podlakteni podvez (Armschlinge, Mitella) je na trokut složen rubac (marama), te služi da podlaktica i ruka u njem više leži i da se obrani od povriede, ako je ruka ozledjena ili inače bolestna.



Sl. 82. — Podlakteni podvez (trokutna marama).

Rubac se na trokut složi, a valjano zavita ruka položi se na ovaj tako, da ruka s dlanom i prstima dodje na široku stranu rubca, a lakat da je na protivnoj strani. Ona dva dugačka kraja rubca podignut ćeš uz prsa gore s desne i lieve strane po jedan kraj, te ćeš ih u zatiljku ili na plećima zauzlati ili svezati ili će ga pričvrstiti igla s kvakom (Sicherheitsnadel). Treća čest rubca, koja visi izpod lakta, podigne se gore nad laktom i pričvrsti se sa jednom od rečenih igala sa strane rubca tako, da ne može lakat izpasti.



Sl. 83. — Jednostavni podvez.

Jednostavni podvez pravi se ovako. Ovelik rubac složi se, kao da bi vrat s njime zaviti htio; bolestnu ruku položit ćeš na rubac, a krajeve podigni više prsa i sveži u zatiljku.

POGANAC.

Kada se u kojem vlasnom mješiću ili u salovnoj žliezdici pojavi upala, tada su krajevi oko ove upale tvrdi te ju okružuju poput bedema. Takovoj upali velimo da je poganac (zalac, Blutschwär, Furunkel). Koža je s početka opora, crvenkasta malo po malo počima oticati; ova oteklina ima šiljast vrh, koji je tvrd i vrlo boli. Poslie 5—8 dana ognoji se i čini ti se, da je u oteklini čep. Taj u sredini otekline nalazeći se čep je uginuli vlasni mješić ili salovna žliezdica, koju je gnoj malo po malo podkopao od njegove ju okolice odielio i iztisnuo. Čim je čep izkočio, gnojenje se svrši, te ostaje iza čepa kad veća, kad manja zarastica.

Ognojavanje se pojavi, bud s toga, što se začepe putevi vlasnoga mješića ili salovne žliezdice ili što je bilo kakovo raztrovanje na pr. otrovom od lješine, ili što je kroz kožu do njih doprla koja mehanična sila na pr. kad se tko udari, studeni slap vode na sebe spušta itd.

Poganac može samo jedan da se pokaže, a može ih biti i više. Kad se na jedanput u velikoj množini pojavi, uzrok mu je obično kožna bolest ili što je krv u obće nezdrava, kao kod pijanaca i propalica. Onda će se pojaviti kod onih, koji mnogo posla imaju sa životinjskim ostatcima, koji prelaze u gnjilež i raztvaranje, kao mesari, živoderi itd.

Kada tko naginje na ovakovu bolest, zove se to furunkuloza.

Poganac lieči se ovako: s početka, dok još nije ognojavanje nastalo, meću se hladni oblozi ili led na bolno mjesto, a ako se već ognojio, valja metnuti tople obloge, da gnojnica što prije sazrije.

Tko pripusti liečniku, da mu razreže poganac, vrlo će olakšati sebi mnogo puta upravo nesnosne boli, uz to će prije ozdraviti, a zarastica ne će tako velika biti, kao kad se naravi pripusti, da čep sam izpadne.

Sveobća furunkuloza zahtieva dobru hranu, čist zrak, liečenje željezom, da se krv očisti.

POKOSTICA.

Pokostica (zatorni kostni zažeg, Beinfrass, Caries) je ognojavanje kosti. Ovo se tiče ili tvrde vanjske kore kosti, tada je to površna pokostica ili se više proteže na nutarnji šupljikavi dio, onda je nutarnja pokostica. Pokostica ne pojavi se radi toga, što se je kost možebit iz vana povriedila, već proizlazi od obćih bolesti, kojima je opet klica u nezdravoj krvi, od tako zvanih dyskrasija, kao što su škrofuloza, kostobolja i škorbut. Pokostica može se pojaviti i kod onih, koji imaju sušicu ili bludobolju. Samo na zube dodje ova bolest iz vana, naime od šupljih zubi.

Pokostica kod bludobolje osobito rada ide na kost u nosu i na kosti lubanje, sielo joj je u grudnoj kosti i u cjevanici, a kod sušice pojavljuje se u kralježcima i rebrima. Tečaj bolesti je ovaj. Najprije se zažeže na jednom mjestu mala čestica kosti i kožice na njoj. Ovaj zažeg, osobito kad je velika vrućina, jako boli, vanjska koža ili nikako ne mienja svoj oblik ili je modro-crvena.

Malo po malo počima ova oteklina i da se gnoji dok se najposlie ne probije, a iz njega curi vodničav gnoj, u kom ima sirnim krpicama sličnog, gustog gnoja.

Kod druge vrsti otekline bolna čest obično ozdravi, čim se oteklina probije i gnoj izcuri; kod pokostice to ne biva, gnojenje se i

nadalje nastavlja, koža oko onoga mjesta, gdje je gnoj potekao, sve se više ojede, krajevi su kao naduti i lahko krv iz njih poteče, te nikako ne možeš opaziti, da bi počeli zarasti.

Kada ovakovo gnojenje ne probije na površinu kože, ono se sve dalje i dalje u nutrinu spušta, ojeda nutarnje česti i zarazi meso, dok na kojem mjestu udaljenom od one točke, gdje se je gnojiti počelo, ne probije.

Ovo ognojavanje uviek vrlo dugo traje, kadkad može čovjek i da se izlieči t. j. da podpuno ozdravi, nu to biva samo onda, kad se krv u obće izmieni tako, da je sasvim zdrava. Ozdravljenje počima na samoj kosti; u bolestnoj tvore se zarastice, te se s njome, okolo ležeće mekane česti uzko srastu. Kost sama otvrdne, a po njoj tvore se kvržice. U protivnom slučaju čovjek umre od silnoga gubitka sokova (od sušice).

Tko od ove bolesti strada, neka se brine, da mu je bolestna čest mirna, neka nastoji, da mu se krv tako izmieni, da je opet zdrava, da bude što krepčiji i da pazi na to, da mu gnoj izticati može.

Da se ozdravljenje pospieši, dobro je, da se upotrebe kupelji: Lipik, Varaždinske Toplice, Topusko, Hall i Pišćan.

POKUCAVANJE.

Bečki liečnik Auenbrugger, kad je god. 1753. pregledavao i liečio bolestnika, kojemu se u grudnom košu nakupio gnoj, osvjedočio se je, kucajuć i prisluškivajuć na prsima, da je zvuk na onomu mjestu, gdje je bio gnoj, sasvim drugačiji, nego ondje, gdje je zdravo mjesto. Malo po malo sve su se više usavršili u pokucavanju, tako da danas nema liečnika, koji se ne bi pokucavanjem pri pregledbi nutarnjih bolesti poslužio. Od koje je koristi pokucavanje, čuti ćemo. Sasvim drugačiji glas daje tielo ili posuda, na koje kucamo, a pod njim ima što čvrstoga, nego ona, pod kojom nema ništa drugoga, osim zraka. Takovo tielo ili posuda je naše prsište i trbušna utlina. Pluća sa svojim zraka punim vezivom imati će pri pokucavanju sasvim drugi zvuk, nego ono mjesto, gdje srce leži poput debela, čvrsta komadića mesa. Isto će tako sasvim drugi zvuk biti pri pokucavanju na jetrima i slezenima, nego na onom mjestu, gdje su crieva puna štokakvim plinovima.

Ovom metodom ne samo da se možemo osvjedočiti, da su ustroji svaki na svome mjestu, već ćemo se osvjedočiti, jesu li i prirodni i da li nije koji od njih bolestan.

Kod zdravih pluća, koja su puna zraka, čuje se pri pokucavanju na prsa jasan zvuk, kao kad bi tko udarao u prazan lonac, t. j. pun zraka. Ako ima upalu u plućima, to će se na onom mjestu, koje je bolestno, vode nakupiti. Kad se sada pokuca na ovo mjesto, zvuk nije više jasan, već mukao, kao kad bi pokucavali lonac, koji je pun vode.

Kad je srce normalno zdravo, osjeća se kod pokucavanja na onom mjestu slab mukli glas, kao da bi pokucavali na lonac, u kojem ima kakova gusta tekućina. Koliko je ono mjesto, gdje se takav zvuk čuje, onoliko je od prilike i srce. Ako je obujam mnogo veći, znak je, da se je srce povećalo ili se je u kesici, u kojoj leži, nakupilo kakove tekućine.

Po cieloj trbušnoj utlini, kad su svi ustroji u njoj zdravi, čuje se zvuk, kao kad bi tko u bubanj udarao i to zato, jer se u njoj mnogo zraka nalazi. Ako se je vode nakupilo u trbuhu, kao što to biva kod vodene bolesti, onda se čuje na onome mjestu mukli zvuk.

Pošto liečnik dobro zna, kakav se zvuk čuti mora pri pokucavanju ovih utlina, kad su svi organi zdravi, lahko će znati opredieliti, gdje je što u neredu, te će prema tomu liečenje udesiti.

POLIEVANJE HLADNOM VODOM.

Polievanje pojedinih česti tiela i cieloga tiela hladnom vodom veoma je stara uporaba vode, samo što ju je poznati hydropath župnik Kneipp mal ne izključivo upotrebio kod svoga načina liečenja.



Sl. 84. — Polievanje koljena.

Neda se poreći, da je ta metoda jedna od najjednostavnijih uporaba hladne vode, a uspjesi iza takovog liečenja ako nisu bolji, a oni su

jamačno isti, kao kod uporabe po Priesnitzovoj metodi. Najobičnija polievanja su ova:

1. **Polievanje koljena.** Svuci se do preko koljena, zavrni hlače što više možeš, da se ne promoče. Stani sad u kadu (vidi sliku 84.) ili u kakovu drugu oveću posudu, u kojoj se na pr. inače noge peru. Polievanje se obavlja malom kanticom ili sa cievi od gumije, ako je gdje vodovod. Najprije polievaj iz daleka koljena, onda nakvasi obadvie noge od prstiju do povrh koljena. Onda polievaj slabijim



Sl. 85. — Gornje polievanje.

trakom, koji pada sad s veće, sad s manje visine, pojedina mjesta i to: koljena, čašice, listove itd., no tako, da voda jednako teče niz noge.

2. **Gornje polievanje.** Bolestnik, koga valja ovako polievati, svuče se do hlača. Da ne bi voda curila u hlače, oveže oko pojasa krpu ili ručnik, o koji se voda ustavlja. Posuda, u koju će voda odticati, može stajati mjesto na zemlji, na nizkom podnožiću; ako pak upotrebiš za to kadu, metni taj podnožić u kadu, pak se rukama drži za nj (vidi sliku 85.). Stariji lakše će se moći ovako sagibati, a i na glavu ne će curiti voda, t. j. time, što se ne će odviše sagnuti, manje

će navaliti krv u nju. Bolestnik se upre obim rukama na podnožić tako, da će gornji dio tiela stajati vodoravno, te voda tako laglje može odticati u posudu.

Počima se polievati od desnoga ramena i desnoga pleća preko čitavih ledja do lievoga pleća i lieve nadlaktice. Tako se nakvasi cielo gornje tielo. Onda se polieva s obadvie strane kralježaka, onda preko ledja i hrbtenice (kičme), no tako, da ćeš uviek prestati lievati, kad si došao do nadlaktice.



Sl. 86. — Polievanje hrbta.

Sva ledja valja 3—4 puta jednako polievati tako, da voda otiče gornjim tielom preko prsa u kadu. Glavu treba što više štediti, a vrat dobro polievati. Kod nervoznih treba paziti, da im se hrbtenica nigdje predugo i prejako ne polieva. Bolestnik bi inače ćutio trak, kao da ga režeš nožem i ne bi ga mogao izdržati, ma da u tom nema ništa opasna. Prema tomu, kako već treba, lieva se podpunim trakom ili podieljenim, više ili manje, t. j. jače ili slabije. Onda treba da paziš, ne ćuti li bolestnik na kojem mjestu osobitu bol i ne vidiš li simptoma kakvoga osipa ili rana, modrica, oteklina itd.

Što jednoličnije teče voda po polivenim dielovima tiela, to je laglje izdržati trak i tim se brže razvija posvuda jednolična toplina.

3. **Polievanje hrbta.** Ovo je samo nastavak gornjega polievanja, te se čini onda, kad je potrebno, da se osobito djeluje jačujući na hrbtenicu. I ova vrst polievanja podpomaže valjano kolanje krvi te je jači liek, nego i samo gornje polievanje.

Kako kod gornjega polievanja, tako i kod polievanja hrbta treba upraviti trak vode od jedne lopatice k drugoj te više puta politi po



Sl. 87. — Polievanje bedara.

ledjima naročito po hrbtenici, počam od prvog vratnog kralježka do najnižega.

Poslie polievanja hrbta imaju se uviek brzo oprati prsa, trbuh, pak ruke i noge.

4. **Polievanje bedara.** To je nastavak polievanja koljena prema trbuhu i sastoji u tome, da osim onih mjesta, koja su polivena kod polievanja koljena, budu još i bedra nakvašena. Počmi kod nogu, polievaj gore do nad bedrima, dapače i do slabina, idi opet natrag, a pri tom pazi, da voda jednako odtiče preko bedra. Počima se od ozdo

gore zato, da se krv što brže odvede dolje, na što se isto tako brzo toplina razvija.

Ako kod ove vrsti polievanja nakvasiš mali trbuh i trbuh do žličice, bit će od velike koristi kod slaboga želudca i tromoga probavljanja (zatvoreno tielo), isto tako kod razširenog želudca i kod t. zv. nervozne dispepsije.

5. **Podpuno polievanje.** Ovakovom uporabom polieva se sve tielo od nogu do vrata. Najprije se polieva prednja strana tiela, onda



Sl. 88. — Podpuno polievanje.

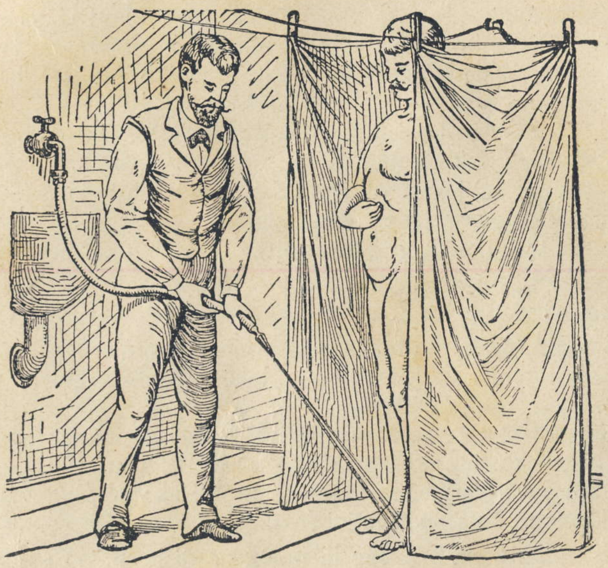
stražnja. Iz početka se nakvasi čitavo tielo od ozdo gore. Onda se polievaju svi dielovi tiela, osobito pako hrbtenica i šija, onda žličica i oko želudca.

Ovo polievanje otvrdjuje, pojačava kolanje krvi, kriepi i jača slabokrvne ljude, koji se plaše vode te ih lišava prevelike ćutljivosti i osjetljivosti.

6. **Strielno polievanje.** Ovo polievanje najjače djeluje. Stani 1½ do 2 metra pred bolestnika i naperi ciev, na kojoj je uzki pisak, na bolestnika, sprieda od nogu jakim trakom polag vanjske strane bedra do trbuha, onda na nutarnjoj strani natrag, isto tako na drugom bedru; onda na vanjskoj strani prsiju gore, na drugoj strani prsiju

dolje i onda šibaj s piskom više puta po prsima, kao da bičem gore dolje mašeš. To se čini zato, da trak ne bude tako oštar, nego više blag i da od sgora pada na tielo. Tako šibaj cielo gornje tielo, a i ruke i noge, tako dugo, dok koža ne pocrveni. Cielo polievanje na prednjoj strani tiela traje 1½ do 2 minute.

Sad se bolestnik okrene, te se sada polieva stražnja strana tiela isto tako, kao što je gore rečeno. Počmi od pete, idi uz vanjsku stranu



Sl. 89. — Strielno polievanje.

bedra gore, na nutarnjoj strani dolje; isto tako drugo bedro. Hrbat polievaj isto tako, kao što si sprieda prsa polievao. Onda šibaj, dok koža ne pocrveni. I to traje 1½ do 2 minute, tako da cielo polievanje sprieda i od ostraga 3 do 4 minute traje.

Ovo polievanje upotrebljuje se kod snažnih, inače zdravih ljudi i osobito kod onih, koji su kroz druga polievanja otvrdnuti i ojačani, gdje je dakle kolanje krvi već u red došlo. Debeli ljudi moraju se ovako čvrsto polievati.

POMETNUĆE.

Nošenje se može prekinuti u svako doba. Ako žena porodi za prvih 16 tjedana (prva 4 mjeseca) to se veli, da je **pometnula** (povrgla, pobacila, splovila, Abortus), porodi li medju 16. i 28. tjednom nošenja

(medju 4. i 7. mjesecom) to joj se porod zove **nedozrelim,** jer do te dobe rodjeni plod još nije tako dozrio, da bi izvan utrobe majčine živiti mogao.

Kad žena rodi medju 28. i 36. tjednom (medju 7. i 9. mjesecom), takav se porod zove **preranī** ili nedospjeli porod, jer se diete doduše prije roka, ali opet tako razvijeno rodi, da će uz dobru njegu i izvan utrobe majčine moći živiti.

Prigode, s kojih trudna žena prije reda poroditi može, jesu dvojake, nutarnje i vanjske.

Nutarnje prigode jesu: 1. Ako jajašce samo oboli ili se pogriešno razvija, kao što je potajnica (Mole) ili ako se plodva ne tvori kako treba, pa ne može da hrani čedo ili ako je pupkovina savita ili ako je plod sam poginuo.

2. Ako je materica bolestna, ako se je srasla s onim, što je okolo nje ili ako ne leži, kako treba.

3. Ako trudnica težko oboli i to od grozničavih bolesti ili je bludobolna ili u obće veoma iznemogla i slaba.

4. Ako se trudnici duša silno potrese, recimo da se jako uplaši, razsrdi, razžesti itd.

Vanjske prigode jesu:

1. Ako trudna žena šta težka diže ili nosi, ako se steznikom odviše steže ili se u toploj vodi kupa ili pije liekove na bljuvanje, na blato ili na napone.

2. Svako potresanje tiela, primjerice kad žena padne, skače, pleše, jaši ili za dugo kašlje, ako se znatno udari po trbuhu ili ako se vozi po hrdjavom putu, pa na hrdjavim kolima ili ako se dugo vozi na željeznici ili mnogo šiva na šivaljci (mašini).

3. Ako trudna žena prozebe ili mnogo radi po noći; ako nema šta jesti ili ako mnogo pije žestoka pića, vino, rakiju, čaj, jako pivo, crnu kavu itd.

4. Ako se materica kakogod ozledi, ako joj se ušće sveudilj draži, ako se često uštrca u rodnicu ili se jajašce ozledi, tako da će plodnja voda izcuriti.

Ponajviše nadolazi više takovih prigoda u jedno te isto vrieme, pa čim ih je više, te čim je kraće vrieme nošenja ili trudnosti, tim prije i tim sigurnije će žena pometnuti.

Kada plod obamre, onda djeluje na stienke materice kao strano tielo, t. j. kao takovo, koje u matericu ne spada. Obamrli plod podražuje stienke materice; mišice tih stienka počmu se grčevito stezati, da stisnu ono, što nije u savezu s matericom, te što se dalje u njoj više razvijati ne će.

Poslie njekoga vremena, kadkad brže, a kadkad sporije, mišice u materici održe pobiedu te uz silno krvljenje iztisnu plod.

Prema dobi nošenja, prema prigodama i prema drugim prilikama biti će i pometnuće različito.

Ponajviše ne će žena na jedanput i naprečac pometnuti, nego će iz nje prije toga proteći njeka sluzava, crvenkasta i vodena tekućina ili prava krv; ona osjeća neku težinu u trbuhu, slaba je, krsta ju bole, često ju goni na vodu.

Po gdješto traje veoma dugo, dok žena pometne; a kad ide mnogo krvi od nje, znatno će oslabiti i omalaksati.

Pometnuće obično počima sa bolima u krstima i krvotokom.

Da krvotok ne bude plodu poguban, neka trudnica odmah legne u postelju, neka bude sasvim mirna i neka primalju pozove.

Ako se plod uzdržati ne može, već ga materica izbaci — žena pometne, — krvotok će prestati malo po malo, a žena će imati čišćenje kao iza pravodobnoga poroda.

Ako krvotok ne će da prestane, kad je plod već izašao, nego krv još silnije teče, tad treba brzo liečnika pozvati, jer je to znak, da je još uviek nješto od ploda ili plodnijih ovoja ili plodve u materici zaostalo. Dok je još išta u materici, što u nju više ne spada, ona se ne može sasvim stezati, pa zato ni krvotok ne može prestati.

Po tom, koliko je krvi izteklo, kako je žena jaka ili slaba, prosudit će liečnik, može li se prepustiti, da narav sama iztisne, što je u materici ili mora li vještački pomoći.

Ako žena vrlo mnogo krvi gubi, te je blieda, studena, pak se onesviešćuje prije, nego liečnik ili primalja dodje, tad treba takovu bolestnicu u postelju metnuti, na perini neka nipošto ne leži, neka nije toplo pokrita, a zrak u sobi neka je prilično hladan i čist. Glava neka joj od ostaloga tiela niže leži; tim će krv bolje prema mozgu priticati, te se ne će više onesviestiti. Daj bolestnici malo juhe, vina, konjaka, mlieka ili ukuhanoga voća, da se malko kriepi.

Neka pije hladne vode ili nakisela pića, limunade ili vode, u kojoj ima malo octa ili malinova soka. Dobro je, da jede i malo sladoleda, ako ga baš pri ruci ima. Škropi lice i prsa hladnom vodom, ako bi se onesviestila.

Ako bolestnica drhće, što obično biva, kad mnogo krvi gubi, a ti joj zamataj noge toplim maramama ili metni pod noge ugrijanu ciglu, flašu s vrućom vodom ili kesicu s vrućim pieskom.

Na trbuh metni obloge s ledom ili ako leda nema, metni hladne obloge. Isto se tako uštrcava vrela voda u matericu, da se krv zaustavi. Ovakovo uštrcavanje dozvoljeno je samo u najskrajnjoj nuždi, t. j. kad je krvotok tako silan, da je život bolestnice u opasnosti, a liečnik ne može brzo doći.

Kad izadje i ono, što je uzrok bilo silnom krvotoku ili kad materica najedanput sve iztisne, te krvotoka više nema, tad se ima takova

žena smatrati kao prava rodilja, te treba da se drži svega onoga, što je kazano kod »babina«. Kako će se čuvati da ne pometne, čitaj »Trudnoća«.

POMOR.

Iz vjerodostojnih popisa vidjeti je, da pomor nije u svakoj dobi čovječjega života jednak.

Gotovo $^1/_{10}$ svih rodjenih umire već prvoga mjeseca života, $^1/_{40}$ preostalih umire u drugom mjesecu poslie porodjaja; druga četrdesetina umire prve i druge godine života svog; prije nego se navrši 25 godina umire polovica svih rodjenih.

U zemljama, koje leže u sredini Evrope, umire od 100 rodjenih: 10 od poroda do 7. god. života, onda 15 medju 7. do 14. god, onda 47 od 14 god. do 45. god., onda 12 od 45. god. do 60. god. i od 100 rodjenih mogu se samo 6 osoba nadati, da će 60. god. preživiti.

PORODJAJ.

Pod ovim naslovom samo ćemo trudnicu upozoriti, kako se ima za radjanje pripraviti; kako treba da bude uredjena soba, u kojoj će babine odležati i napokon, što je posao onih, koji će u onom času oko rodilje biti.

U posliednjim mjesecima trudnoće mora trudnica osobito na se paziti. Neka se čuva svakoga težkoga tjelesnoga i duševnoga rada. Haljine neka su prostrane i udobne. Šetnja vrlo će joj zdravlju prijati; bolje će učiniti, ako pješke ide, nego da se na kolima vozi. Samo mora paziti, da brzo ne ide, da se ne bi umorila. Vožnje na željeznici neka se sasvim okani. Hrana neka bude lahka, da ju dobro probavljati može; žestoka pića neka pije što manje. Treba da pazi, da ide redovito zarad sebe.

Ne samo sa estetičnoga, već i sa zdravstvenoga gledišta preporuča se, da ne pohadja javna zabavišta, kao što su kazališta, koncerti itd.

Prijatna, u krugu bližnjih rodjaka domaća zabava vrlo će blagotvorno na ćud trudnice djelovati.

Čitanje je škodljivo, osobito čitanje knjiga medicinskoga sadržaja. Trudnica s njima lahko maštu razdražuje, te sama sebe uznemiruje i bez uzroka se plaši.

Dobro će učiniti, ako ju njekoliko nedjelja prije porodjaja liečnik ili primalja pregleda, sve ako je i najbolje zdrava i trudnoća sasvim redovita. Nepravilan položaj može se poznati, te će liečnik dati naputak i savjet, pa će konačno sve na dobro izaći.

Nema sumnje, da kadkada narav sama po sebi, a da nije nuždna liečnička pripomoć, nepravilan položaj u pravilni obraća. Nu ako se

naputak prije daje, to nikako ne će škoditi, dapače mnogo puta biti će od velike sreće, koli za diete, toli i za mater.

Ako opažamo, da je radjanje započelo, to pripravimo postelju rodilji. Dobro ćemo učiniti, ako taj posao obavimo, da rodilja o tom ništa niti ne zna.

Ako soba, u kojoj je trudnica dosada spavala, nije dosta zračna i svjetla, te u nju dopire ulična vika i štropot, to joj namjestimo, ako je moguće, postelju u drugoj sobi, koja je u svemu udobnija. Obično je soba, u kojoj se gosti primaju, najljepša i naudobnija; ustupimo za njekoliko dana ovu liepu i sgodnu sobu novorodjenčetu i njegovoj majci.

Ako smo prinuždeni, da postelju rodilji u njezinoj spavaonici napravimo to ju namjestimo tako, da se do radjajuće od svakuda slobodno doći može. U sobi neka ne bude jako vruće, ali neka ne bude ni hladno; treba znati, da se moraju njeke česti tiela pri porodu odkriti, pa bi se nježne česti lahko prehladile, ako nije dosta toplo.

Za diete neka su pripravljene pelene i sve, što je za diete nuždno.

U toj sobi neka se nadje kantica za plakanje (irigator) i posuda, u koju će rodilja i poslie babinjača zarad sebe ići.

Uz postelju neka su složeni ubrusi (peškiri, ručnici) i ponjave; tople i hladne vode neka ima dosta. Pripravit ćemo i malo dobroga vina, octa i kriepke juhe.

Za vrieme radjanja neka je u sobi sve tiho, a u njoj neka ne bude nitko, osim liečnika, primalje i njetko od rodbine. Ako je majka rodilje plašljiva, te ne može svoju sućut sakriti, neka ulazi samo kad trudnica boli nema. Suprug ako hoće, da je kod žene si, neka ne izgubi glavu, već neka ju tješi i sokoli. Ako je nuždno, da se liečnik pozove, neka primalja po njeg pošalje, a da rodilja zato prije niti ne zna. Dobro će biti da služinčad već od prije zna, gdje liečnik stanuje.

I kad je liečnička pomoć nuždna, neka suprug ne pokazuje, da ga je strah.

Što liečnik odredi, valja najtočnije izvršiti.

Ako se porod sretno svrši, ne treba na rodilju navaljivati klicanjem i čestitanjem; hvalimo Bogu, a rodilju pustimo, da se odmara.

PORODJAJ PRERANI.

Trudna žena može medju 7. i 9. mjesecom s istih neprilika prerano poroditi, kao i kod pometnuća, a takav prerani porodjaj bit će tim više nalik porodjaju u pravo vrieme, čim duže je bila žena trudna.

Mnoge će žene prerano poroditi (Frühgeburt) bez ikakvoga uzroka, koji bi zato naznačiti mogle.

Prerano rodjeno diete često živo se rodi, te je sposobno uz valjanu njegu da i dalje živi.

Uz ovaj naravski ima i vieštački prerani porodjaj t. j. porodjaj, koji će liečničkim nastojanjem nastupiti.

Liečnik će odlučiti, da žena prerano porodi, kad joj je tielo složeno tako, da nebi mogla bez pogibelji za se ili za diete plod donositi do pravoga doba (vidi »egavost«). Onda će odlučiti za prerani porodjaj, kad je majka težko obolila, te bi ta bolest i diete usmrtila, da dulje vremena traje.

Koja će sredstva liečnik upotrebiti, da učini, da prerani porodjaj nastupi, nije mjesto, da se ovdje spomene; to će svaki liečnik po svojoj uvidjavnosti i sam najbolje znati.

Prerano porodjeno diete veoma je nježno, te se mora najvećom brigom njegovati. Takovo diete kupaj u vodi, koja je topla 29° R.; to čini po dva puta na dan. Uvij ga u tople vunene pelene ili vatu, te ga sveudilj grij grijaljkom.

Ako mati sama ne može dojiti, treba ga predati dojkinji, podnipošto neka se ne pita (hrani iz ruke), jer bi onda jamačno poginulo.

Ako ne će da sisa, treba mu uštrcavati mlieko iz dojke u usta ili mu takovo mlieko davati žlicom, pa ga opet i opet položiti na sisu, ne bi li ipak prihvatilo bradavku.

Takovo diete mnogo spava, treba ga dakle češće buditi, pa ga dojiti.

Pošto mu je glas slab, treba ga pustiti, da više puta na dan krepko viče, da mu se time pluća ojačaju.

Stari liečnici preporučili su, da se ovakovoj djeci, kad se kupaju, u vodu ulije nješto dobra vina.

Prerani porodjaj može po ženu biti pogibeljan, ako naprasno šikne krv iz materice ili ako oboli u babinama.

Babine poslie preranog porodjaja iste su, kao i babine po porodjaju na vrieme. Žena, koja zna, zašto je prerano porodila, neka se čuva, da joj se to kod drugoga nošenja opet ne dogodi.

POSTELJA.

Tko umno živi, treći dio svoga života u postelji probavi. Mjesto, na kom tako dugo naše tielo počiva, treba da uredimo, kako će nam što udobnije i po zdravlje što sgodnije biti. Postelja treba da nam je tako udešena, da se u njoj mirna sanka naspavamo, jer koliko je nuždna hrana tielu, isto mu je tako nuždan i san. U snu se čovječje tielo odmara i za novi rad kriepi; težko onomu, tko si je sam neprijatelj, pa lahkoumno san kvari, prekida ili ga svojevoljno prikraćuje! Tko se sanka ne naspava, mira se ne naužije. Jutrom na mjesto, da se je okriepio i za novi rad osvježio, glava mu je težka, živci su mu razdraženi, za posao slabo mari, te ga ne mili. Dočim onomu, tko je zdrav san prospavao, narodna poezija kaže: »život mu se mili, dušu sjeta mine«.

Što se dakle zahtieva od postelje, da odgovara svrsi, da se čovjek mirna sanka naspava i da se s njime okriepi?

Ponajprije da je postelja namieštena u sobi, u kojoj nema vlage, koja je svjetla, zračna, te u kojoj će najmanje čuti štropot, viku i sve ono, što mu ne bi dalo, da zaspije ili bi ga u snu probudilo.

Da čovjek zdravo spava, treba da mu krv mnogo k mozgu ne priteče; a to će postići, ako glava ne leži nizko; to valja osobito za one, kojima krv jako u glavu udara, dok osobe, koje su malokrvne, treba noću da nizko leže. I disanje je pravilnije, kad glava odviše nizko i nazad ne leži. Tko ima kakovu bolest u prsima, treba da glavu i gornji dio trupa kad spava, visoko položi. Niti valja na odviše mekoj posteljini spavati, niti se težkim pokrivalom pokrivati; ovakova ležišta i pokrivala ne utiču probitačno na obticanje krvi. Samo se po sebi razumije, da čistoća, to jest česta promjena posteljine te dnevno provjetrivanje postelje mnogo pripomažu, da čovjek sladko spava i mirno počiva.

POŠALINA.

Kod pošaline (Typhus) obole žliezde u tankom crievu, one oteknu, razpadnu se na svojoj površini te tvore gnojnice; one mogu ozdraviti ostavljajući iza sebe zarastice. Kad ovakove promjene nastaju na cpni sluznici u crievu, tad uz to i drugi ustroji na razne načine stradaju.

Ako čovjek ima zarazu pošaline u sebi, njekoliko dana, dapače i njekoliko nedjelja, prije nego će od pošaline oboljeti, ima njeke predteče. Tko će od pošaline oboljeti, nije upravo bolestan, ali nije ni pravo zdrav; turoban je, zlovoljan, obavlja svoj obični posao, a da nema volje za rad; što čini, bez ikakove enèržije vrši, kadkad ga napadne velika slabost; jesti mu se neće, san mu je nemiran, udovi su mu kao izprebijani, u glavi osjeća kadkad muklu bol. Kadkad mu ide krv na nos, obično misli, da je to dobar znak, jer se nada, da će mu odlanuti. Sve to vrieme još je na nogama i ide za svojim običnim poslom. Na jedanput ga spopadne silna kratkotrajna studen; slabost, glavobolja i trzanje u udovima sile ga, da ostane u postelji. Ako bi sjesti htio ili iz postelje ustati, vrti mu se u glavi. Za sve ovo vrieme još je pri sviesti, akoprem već nema one sućuti prema svojoj okolici. Apetita nema, ljuta ga žedja mori. Stolica je u to vrieme, t. j. prve nedjelje obično uredna, za koji dan biva riedka. Kad spava, muče ga ružni sni, a i govori u snu. Kašlje sa sluznim izbacivanjem, a to je

znak, da ima i katar dušnika. Nalik je težko bolestnomu, osobito kad u postelji sjedi. Kad leži, lice se crveni, a kad sjedi, sasvim je bliedo. Ako mu pogledaš na trbuh, vidit ćeš u okolici želudca male crvenkaste pjege.

Druge nedjelje bolestnik se ni na što ne tuži, izgubio je sviest. Mnogo spava, težko ga je probuditi i to samo na minute dodje k sebi; ne ište da pije, nu ako mu vodu pružiš, pije ju jako lakomo. Nečist, što od njega u to vrieme ide, veoma je riedka, u neznanju pušta poda se veliku i malu nuždu. Gdjekoji bolestnici leže sasvim mirno, oči su im na polak otvorene, nemaju pojma, ni gdje leže, ni kako leže, samo im se kadkad ustne trzaju. Drugi opet mira nemaju, brbljaju bez ikakvog smisla, bacaju se nogama i rukama, čini se, kao da se s kime bore itd. Po mesu oko zubi nasjela je gusta smedja sluz, nosnice izgledaju, kao da su u dimu bile, kao nakadjene, jezik se osušio, po njem je smedja kora, ustne su se izsušile, a iz ustiju zaudara ružan smrad.

U trećoj nedjelji sve do polovice ove neprilike jače bivaju, oko polovice treće nedjelje, ako će bolest preboliti, spopadne ga dubok, dugotrajan san; kad se probudi, dosta za se zna. Kad ima nuždu da obavi ne pušta više poda se, disanje biva pravilnije, proljev redje dolazi. Jezik i meso oko zubi očisti se, ustne bivaju opet vlažne, bolestnik je na putu ozdravljenja. U nijednoj bolesti nema za bolestnika tako slabo nade, da će se smrti oteti, kao u pošalini, jer se često bolest povraća, pa tad se opet pojavljuju sve one neprilike; bivaju još teže i jače, nego prvi put i onda obično bolestnik i umre.

Smrt ga može snaći s toga, što gnojnica od pošaline može probiti stienku crieva, blato dospije u trbušnu utlinu, nastane upala, od koje čovjek propadne. Može se pojaviti i krvarenje u crievu, jer se raztrgaju sitne žilice u opni sluznici i napokon može umrieti od slabosti, dok pošalina traje ili kad je već prestala.

Kao jako neprijatna i dosadna neprilika uz pošalinu javlja se krvarenje iz nosa, koje se kadkad ustaviti da, samo ako se nos začepi, a drugo je zlo, što se bolestnik proleži. S pošalinom dolazi mnogo put užgalina pluća, porebrice, bubrega, ušne žliezde slinavke i bolesti grkljana. Napokon izpadnu i vlasi, ali poslie opet porastu.

Lieka nema, s kojim bi se pošalina utamaniti mogla, kad je jednoć već buknula. Veoma dobro čini, tko se čuva, da ne dodje u doticaj s takovim bolestnikom, pa se brine za dobru, pitku izvor vodu, osobito u vrieme epidemije.

Liečenje pošaline sastoji se u strpljivom čekanju, valjanoj dvorbi bolestnika i nastojanju, da groznica bolestnikove sile ne iztroši.

Toplinu bolestnikovu treba točno mjeriti, jer je to najbolji dokaz, kako je groznica žestoka. Čim vidiš, da je toplina prešla granice, treba nastojati umjetnim načinom, da ju umanjiš, a to ćeš postići ki-

nom i hladnom vodom. Kako se jedno i drugo kod takovog bolestnika upotrebiti ima, odredit će liečnik.

Bolestnik, koji je pošalinu sretno prebolio, mora se vrlo čuvati, što se tiče jela, jer mu s te strane velika pogibelj prieti. Neopreznim davanjem jela, dapače i naglim kretanjem samoga bolestnika može se bolestna stienka crieva probiti i bolestnik, kao što je prije rečeno, nastradati. Ne smije dakle jesti, što mu se hoće i koliko hoće, već se mora duže vremena hraniti sluzavom juhom i u postelji mirno ležati. Bolestnici iza pošaline trebaju nedjelje i mjesece, dok opet dodju do svoje prvašnje snage, ali zato su sad, ako se uz pošalinu nije druga kakova bolest pojavila, osobito krepki i zdravi.

POŠAST.

Kaže se, da je pošast (epidemija) buknula, kad kakova bolest pojedinca napada, pa se onda razidje od čovjeka do čovjeka, od mjesta do mjesta, tako da od jedne te iste bolesti cieli kraj boluje. Pošast ne širi se svaki put na daleko, nego se kadkad drži samo mjesta, u kojem je buknula. U oba slučaja su njeke klice uzrok pošasti.

Kad se po cieloj zemlji razidje, onda ili ljudi sami doprinose, da se pošast širi ili zrak nosi zarazne klice one bolesti.

POTRES MOŽDJANA.

Moždjani ne potresu se samo, kad tko izravno naglavu padne ili kad koga tko po glavi udari, već potres moždjana može doći i od udaraca po čeljusti, po kosti na sjedicama, dapače i od udaraca po nogama, ako su noge bile izpružene.

Što su čvršće kosti na glavi, to se i mozag jače potrese. Potres moždjana u djece nije toliko opasan, kao u odrasloga, jer kosti na dječjoj glavi još nisu tako čvrste, dosta su još pružive te uslied toga i udarcu odoljeti mogu.

Nadalje će potres moždjana gori biti, kad su kosti povredjene, nego kad su kosti na lubanji zdrave.

Ako je potres moždjana neznatan, čovjeka hvata nesviestica, uši mu šume, noge mu od slabosti klonu.

Ako je potres moždjana žestok bio, čovjek sasvim izgubi sviest, bljuje, nehotice mokri i ide za rad sebe, ništa ne osjeća i ne može se ni najmanje gibati. Disanje i kolanje krvi ne će prestati, samo je jedno i drugo vrlo slabo. U ovakovom stanju može čovjek potrajati više sati, dapače i više dana. Malo po malo disanje biva pravilnije, bilo brzo tuče, nesretnik se počima gibati, te se uz to i osviešćuje. Obično opet na novo zaspi, ali ovaj san biva sve mirniji i redovitiji, najposlie, možebit istom poslie njekoliko dana čovjek se probudi te

je sasvim pri zdravoj pameti, ali se ništa ne sjeća, što se s njim sbilo. Njeka duševna i tjelesna slabost još duže ne će da ga ostavi, kadkad ostaje trajno duševno slab, te obično djelovanje spolnih ustroja bude poremećeno.

U vanredno težkim slučajevima disanje je vrlo težko, te uz trzanje smrt na skoro nastupi.

Ako imaš pred sobom čovjeka, koji je od potresa moždjana nastradao, to ga moraš po svem tielu protirati sve dotle, dok pravilno ne počme disati. Pod nos mu drži vodice ili liekove, koji jako miriše i daj mu podražujući klištir. Ako je počeo pravilno disati, moraš prestati sa svim, što bi ga i nadalje podražiti moglo. Ako se i ne bi sasvim osviestio, ipak moraš prestati s tim liekovima. Sad mu na mjesto njih metni na glavu hladne obloge, jer iza svakog potresa moždjana sliedi i navala krvi u moždjane te se može mozag lahko i užgati.

Razumije se, da se ovako smijemo s bolestnikom baviti samo dok liečnik ne dodje.

Kad takav čovjek ozdravi, mora se još dugo od svake uzrujanosti i od težkog tjelesnog i duševnog rada čuvati, jer je bilo slučajeva, da su prividno zdravi ipak poslie njekoliko mjeseci, a njeki tek poslie godine od ove bolesti umrli.

POVIJANJE.

Svako umjetnim načinom izvedeno umatanje koje bolestne česti tiela zove se povijanje, a svaka pojedina stvar i sve skupa, s kojima se pri umatanju služimo, zove se povoj ili zavoj.

Povijanje rana biva zato, da se rane od povrede očuvaju, kao što su natisak, udarac itd.

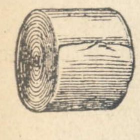
Ako tko ima jednostavnu ranu ili ozledu od oštrog orudja na pr. da se tko poreže, a pri tom se zna, da ozledjena čest ne će oteći, boliti, užgati se ili u gnojenje prieći, dosta je, da se na tu ozledu metne priljepiv melem (Heftpflaster), da se krajevi rane ne raztegnu, nego da se što više jedan drugomu sbliže. Samo kad se tko jako poreže te je rana neobično velika, nuždno je, da ju liečnik sašije. Ili se na ranu metnuo priljepivi melem ili se ona sašila, svakako je nuždno, da se pokrije čistom vatom, da se onda zavije u maramu ili platnene povoje i dobro pričvrsti, da se očuva od udaraca, natiska itd.

Rana, koja se gnoji, gnojnice, čirovi, i u obće svaka užgalina na površini kože, zahtieva, da se na ovaj način od ozlede i čuva. Na bolnu čest privije se najprije liek, bio on u obliku melema, masti ili obloga, onda se meće suha čista vata, tad sliede suhi oblozi i na to marama ili povoj, kojim će se ozledjena čest poviti.

POVOJ.

Povoj (Rollbinde, Fatsche) kažemo komadu tkanine, koja je vrlo dugačka, ali sasvim uzka te se upotrebljuje za povijanje bolnih česti tiela. Povoji prave se najviše od riedke tkanine t. zv. calicot ili gaze, no mogu biti i od platna ili flanela. Povoji od calicota i gaze najviše se sada upotrebljuju i onda, kad s eimaju zaviti česti, gdje se ima napraviti zavoj od sadre.

Prije nego ćemo se povojem poslužiti, treba ga oprati i smotati ili naviti. Ovom pripravom izgubi se gladčina i ukočenost, koja inače kod povijanja vrlo smeta. Na povoju ne smiju biti ni šavovi, ni porubi, te je bolje, da je više dugačak, nego kratak.

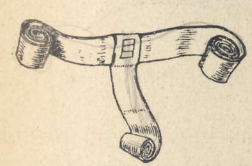


Sl. 90. — Povoj smotan.

Širina platnenog povoja obično je 4—5 centimetara, a dužina više metara. Povoji, koji se u osobitim prilikama upotrebljuju kao na pr. kod povijanja gukavih žila, moraju biti čvrsto i točno smotani.

Povoj se namota obično od jednoga kraja, nu može i od oba kraja.

Namotan povoj prikopči se iglom gumbašnicom, da ne bi popustio. Povoj, koji treba za povijanje presriedka ili medjice naliči slovu »T« te se ovako pravi: uzme se komad povoja, toliko dužine, kolike je širine čovjek oko pojasa, po sredini prišije se uzka strana drugog komada povoja. Kad se sveže ili prikopči prvi komad oko pojasa, provuče se prišiti komad medju bedra, pritegne čest, što je za povijanje te se gore podigne i pričvrsti iglom sa kvakom ili dugmetom i petljom uz onaj povoj, što je oko pojasa.



Sl. 91. — Povoj nalik na T.

Povoji, koji se upotrebljuju za Priesnitzove obloge kod boli u trbuhu, prave se od jačega platna, obično od takovoga, kakovi su ručnici (peškiri). Široki su ¼, a dugački 3—5 metara. Kod ovih povoja prišiju se na jednom kraju vrbce; one treba da su tako dugačke, da se dva puta oko tiela oviti mogu. I ovakav povoj treba da se čvrsto i gladko namota, a počima se navijati od onoga kraja, gdje su vrbce prišite.

PRAŠAK ZA ZUBE.

U članku »skrb za zube« kazano je, da je za zdrave zube dosta, ako se čistom vodom peru. No kadkad treba, da se zubi i snažnije očiste; onda upotrebljuje se prašak za zube.

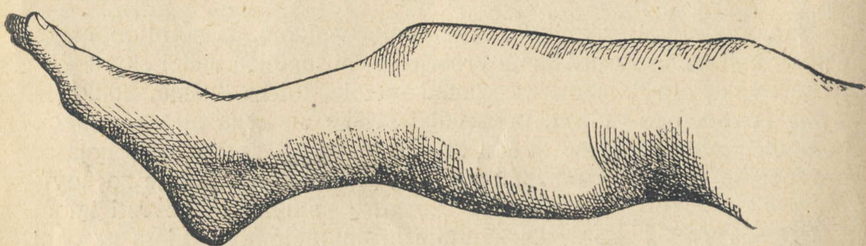
Najbolji prašak za zube je ugljeno-kiseli kreč (vapno), dvojno ugljeno-kiseli natron i ugljeno-kisela magnezija. Ove se tvari moraju samliti ili stući poput najfinijeg brašna, te im se može i koja kap hlapivog ulja pridodati, da ugodnije miriše. Kefica za zube malo se pokvasi, natisne na prašak te se tad njome zubi očiste na sve strane i to gornje zube od ozgo dolje, a dolnje od ozdo gore, a ne onako, kako se cipele kefaju.

Skupi prašak u ljekarnama čini istu službu, kao prašak, što je ovdje naznačen.

PRELOM KOSTI.

Prelom kosti (Beinbruch) različit je prema tome, kakovom se silom kost prelomila, kakova se kost oštetila, te kojim se smjerom slomila.

Najlakše se prelome cievne kosti, a najteže naoble. Tik izpod površine ležeće kosti lome se mnogo lakše, nego one, koje su više sačuvane t. j. oko kojih ima dosta mišica, jer ih ove od udarca bolje čuvaju. Kost se prelomi ili upravo na onom mjestu, gdje je udarac na



Sl. 92. — Prelomljena kost goljenica. Koža pokriva prelomljenu kost.

nju pao na pr. kad koga čime udariš ili rineš ili kad štogod težkog na kost padne; ili sila, koja može kost prelomiti, ne djeluje izravno na onom mjestu, gdje je pala, nego se dalje po kosti protegne te se onda ova slomi na mnogo daljnjem mjestu, nego je udarac bio. Tako na pr. kad štogod na nogu padne, slomi se kost dolnjega gnjata itd.

Prelom kosti je ili podpun ili nepodpun; podpun je, kad se kost skroz i skroz prelomi, a nepodpun, kad se samo natuče ili savije.

Onda se govori o jednostavnom ili čistom i o nečistom ili kompliciranom prelomu.

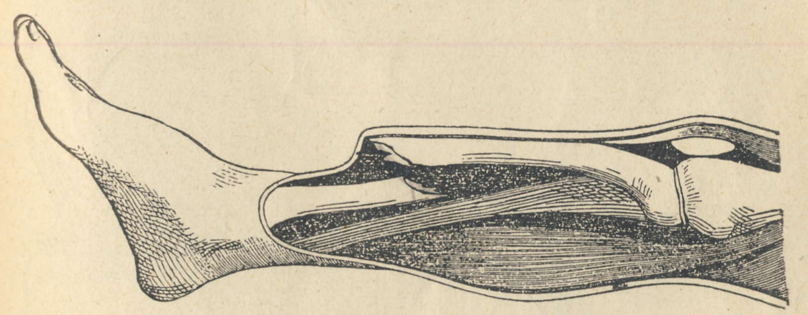
Kod kompliciranoga preloma nije samo kost povredjena, kao kod jednostavnog, nego su povredjene i mekane česti oko nje, te mogu biti sgniečene, razdrte ili izčašene. Kost se je razprsnula, kad se od nje komadići odkidaju (Splitterbruch).

Po smjeru, kako je kost slomljena, kažemo, da je prelom popriečni, uzdužni ili nakrivi. Najlakše se srastu poprieko slomljene kosti, jer se kod toga preloma krajevi, gdje je kost slomljena, sasvim malo razmiču i zato brzo opet jedan s drugim srastu; kod takog preloma oblik kosti ostaje isti, kost nije ništa nagrdjena.

Kad se pako kost na krivo prelomi, obično se i mišice raztegnu te se krajevi kosti razmaknu; kost se teže sraste, više ne može imati svoj prvašnji oblik, a biva često puta usljed toga i nagrdjena.

Ima sasvim pouzdanih i sigurnih znakova, po kojima se poznati može, kada je kost slomljena. Kad krajeve kosti na sve strane možeš okretati, a uzmeš li jednom rukom gornji dio kosti, a drugom dolnji, možeš svaki kraj na drugu stranu pomaknuti, što nikako ne možeš učiniti, kad je kost ciela, t. j. kad nije prelomljena. Ako pogledaš na povriedjeno mjesto, naći ćeš tamo ili brazdu, žliebić, to je ono prazno mjesto izmedju oba kraja, gdje je kost prelomljena ili ćeš opaziti oštri vrh ondje, jer je kost od svoga mjesta izskočila (vidi sliku 92.).

Nadalje prelomljena kost nije više ni po obliku, ni po smjeru ona-



Sl. 93. — Prelomljena kost goljenica. Prelomljene česti su odkrite.

kova, kakova je prije bila. Mnogo puta jedan kraj prelomljene kosti pomakne se i dodje na drugi, pa se čini da je kost kraća (vidi sl. 93.). Kod nepodpunog preloma kost izgleda uglasta, ugnuta, savita ili previnuta. Osim toga je ono mjesto, gdje je prelom, jako otečeno i to od krvi, koja se ondje izlila ili od kosti, jer krajevi jedan na drugom leže, a poslie i od užgaline, koja se ondje pojavi. Najglavnije obilježje, da je kost slomljena je tako zvano čagrtanje kosti (krepitacija). Ako naime krajeve kosti, gdje je prelomljena, razmakneš, sasvim se jasno čuje njeko struganje ili škripanje kao kad dva komadića šećera jedan o drugi tareš.

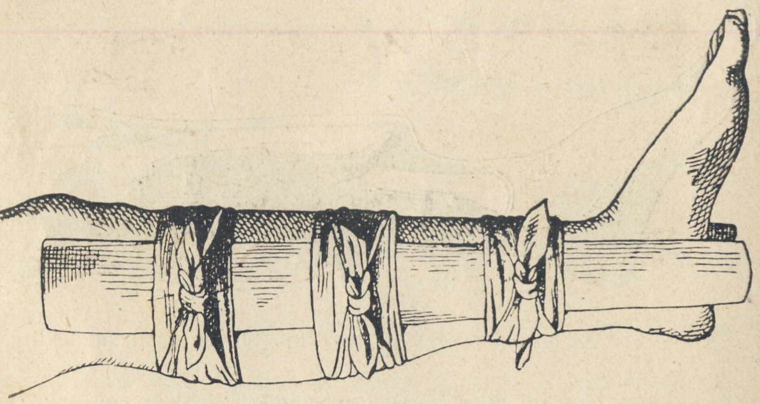
Kad si je tko kost slomio, osjeća vanredno jaku bol i ne može slomljenim udom nikud maknuti. Kost će se srasti prema tomu, kako je prelomljena, kako su joj krajevi u prelomu, da li su jedan vrh

drugoga ili su jako razmaknuti i napokon prema tome, kako su mekane česti oko kosti povriedjene.

Ako je kost poprieko prelomljena, pa krajevi jedan uz drugi ostaju pa ako je samo pokostnica ozliedjena, to će se kost lahko srasti i ozdraviti; ne će nikakove promjene na njoj ostati i čovjek će moći i nadalje svoje prijašnje poslove bez ikakove potežkoće obavljati.

Teže će se kost srasti, ako je nakrivo slomljena ili ako se je na komadiće razprsnula. Ako se krajevi nikako jedan drugomu ne primaknu ili ako sasvim slabo jedan uz drugi prianjaju, onda se ne će srasti, nego će kosti spajati zarastica, koja je doduše čvrsta i jaka, ali nikada ne može onakova biti, kao što je, kad se kost sa kosti sraste; funkcije kosti već ne mogu biti, kao što su prije preloma bile.

Što duža je ovakova zarastica, to manje će se čovjek sa onom kosti služiti moći, kao što je to prije preloma mogao. Dapače može se od onakove zarastice i novi sglob napraviti, a takova izrastlina zove se lažni sglob (Pseudarthrose).



Sl. 94. — Jednostavno zavezan kostolom.

Ako se kost na komadiće razprsne i ako se mekane česti oko nje povriede, onda jako težko sraste te se rana i gnoji. Prelomljeni komadići obamru, te obično s gnojem izpadnu. Tek poslie dugog vremena kost se sraste i mekane česti oko nje ozdrave.

Liečeći prelom kosti treba dvoje na umu imati, prvo: da se kraj s krajem prelomljene kosti što točnije sastavi, a drugo, da se kost što čvršće i stalnije drži onoga pravca, koji je kod prvoga zavoja dobila.

U mnogim slučajevima, kad se kost prelomila, a krajevi joj se nisu razmakli, dovoljno je, da kost jednostavno metneš medju daščice i

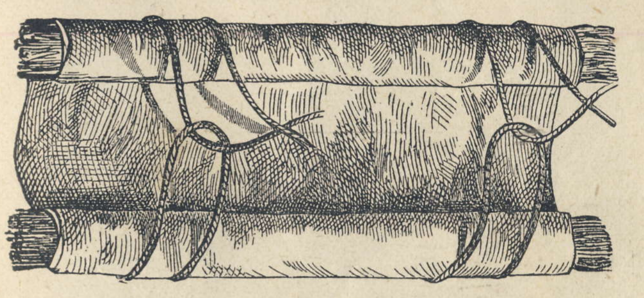
da ih što bolje pritegneš, da se ne razklate i povredjeno udo nikud ne makne (vidi sl. 94.).

Pod prelomljenu kost metnut ćeš čvrstu podlogu, na kojoj će trajno mirovati. Ovu ćeš podlogu napraviti ovako: sasieci slame na sitno, napuni njom vrećicu ili jastučić, razmakni u sredini jastučića slamu onoliko, kakovog je oblika slomljeno udo; u tu grabu položi ozledjenu čest. Možeš uzeti i jastuk od perja ili pieskom napunjen, a može poslužit i izdubeno drvo.

Mnogo je puta nuždno, da se kost čvrsto povije; zavoj treba ili da natisne slomljenu kost, da se tako izpravi i u svoj prvašnji oblik dodje ili da kost povlači, da se krivo ne sraste, ter da kraća ne bude. Prvi je učvršćujući, a drugi raztezajući zavoj.

Kost se sraste najbrže i najlakše, kad je prelom nepodpun, nu i onda srasti će se kost tek poslie njekoliko nedjelja ili mjeseci, a to zavisi od tog, kakova se kost slomila i da li je čovjek, komu se je nesreća dogodila, slab i boležljiv ili je podpuno zdrav i snažan.

Još teže je kod zamršenog ili kompliciranog preloma, jer se onda



Sl. 95. — Privremeni zavoj za kostolom.

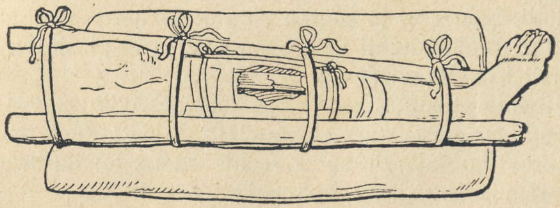
kost mnogo sporije sraste; tu se mogu i druge neprilike snaći, pa i život nesretnika u opasnosti biti. Dapače kadkad je nuždno, da se povredjena čest nad prelomljenom kosti odmah odreže.

Kad se komu kost prelomi, najnuždnija pomoć, koju svaki čovjek pružiti može, sastoji se u tom: najprije položi slomljenu kost tako, da je sasvim mirna, da se ni najmanje ne pomiče ili potrese. Nesretnik, komu se je kost prelomila, neka se odmah odpravi ili njegovom domu ili u bolnicu.

Prije nego će ga na nosila položiti, treba mu napraviti privremeni zavoj. Ovaj se najjednostavnije ovako pravi.

Uzmi dvie letve, držala od metle, dva sjekirišta ili druga dva, dosta jaka drveta ili takova šta sličnoga, ali treba da je tako dugačko, kao što je slomljena kost dugačka, složi kakovu oveliku maramu, ponjavu, a u nuždi može poslužiti i haljetak radnikov ili druga

kakova tkanina ili rogozka; metni jedno držalo na jedan kraj složene stvari, a drugo na drugi kraj, ovij ih halietkom ili što već pri ruci imaš, te zavijaj jedno prema drugom, ostavi samo toliko prostora izmedju njih, koliko je nuždno, da se slomljeno udo na njeg namje-



Sl. 96. — Privremeni zavoj za kostolom.

stiti može. Vrbcama ili čavlima pričvrsti halijetak uz držala, tako ćeš imati žlieb sa mekom podlogom i čvrstim okrajcima (vidi sl. 95.). Sad neka jedan polako slomljenu čest podigne, a drugi neka pod ne-



Sl. 97. — Kako se nesretnik s prelomljenom kosti položi na nosila, kad ima dosta pomagača.

sretnikovo udo taj žlieb turi, slomljenu čest spustit će polahko u žlieb te će ga pričvrstiti svezama, vrbcama, rubcima itd. što se

upravo sgodna nadje, da se slomljena čest nikuda ne bude pomaći mogla (sl. 96.). Dobro je, ako se može i sa strane nosila onaj žlieb pričvrstiti, tako se ne će nikuda ništa pomicati, ni slomljena kost se potresti. Ako su pri ruci nosila, onda se nesretnik položi na nje, kako slika 97. pokazuje, pa se onda odpremi kući ili u bolnicu.

Ako nema nosila, neka se dva jaka čovjeka čvrsto za ruke uhvate, te neka ga ponesu do doma ili u bolnicu, gdje će mu se stalni i svrsi shodni zavoj napraviti. Ruke one dvojice neka su ovako namieštene. Neka stanu jedan do drugog, desnu ruku neka jedan metne na lievo rame uz njega stojećeg druga, a isto tako neka i ovaj svoju lievu ruku metne na desno rame druhoga. Slobodna ruka jednog i drugog čovjeka neka im je spuštena do lakta, od lakta neka se jedna drugoj vodoravno primakne te neka se čvrsto prstima uhvate, tako da im se prsti jednoga u drugoga ruku smjeste, baš tako, kao što se ruke sklapaju, kad se ljudi Bogu mole (slika 98.).



Sl. 98. — Nosioci bez bolestnika.

Nesretnika položi sjedeć na ovako sklopljene ruke, a on sam neka se uhvati za ramena svojih nosilaca t. j. ako je kost na nozi slomljena (sl. 99.).

Ako je na gornjem dielu noge prelomljena, treba da su ruke nosilaca smještene pod prelomljenom kosti.

Ako je prelom na kosti dolnjega gnjata ili na stopalu, to ćeš zdravu nogu upotrebiti kao naslon oštećenoj, te ćeš ju pričvrstiti rubcem, uzicom ili čim drugim uz zdravu nogu.

Prelomljenu kost treba pričvrstiti uz zdravu nogu povrh i izpod kostoloma.

Kad je noga ovako jedna uz drugu i čvrsto svezana, mogu slobodno dolnje česti noge visiti. Ako se nadje daska, uz koju se noga pričvrstiti može, to će prenašanje za ozledjenoga još sgodnije biti.

Nije moguće sve potanko opisati, kako se ima sa ovakovim bolestnikom postupati; najglavnije je, da kod prenašanja paziš, da se oštećeno udo ne klati, da se krajevi preloma ne razmiču i da bolestnika nosiš, da što manje boli osjeća.



Sl. 99. — Nosioci s bolestnikom.

Kad ga donesu na mjesto, gdje će ostati, dok ne ozdravi, treba se pobrinuti za shodnu podlogu prelomljenog uda, te pošto se haljine s njega oprezno skinu (najlakše se skidaju, kad se odielo razpori), položit će se na postelju.

Pozvani liečnik odrediti će, kakav će mu zavoj od sada valjati.

Ako je ruka slomljena, treba je odmah smjestiti u podlakteni podvez (vidi ovaj).

PRELOM REBARA.

Često se dogadja, da se rebra slome, kad tko padne, kad se udari, kola preko njega predju itd. Da li je rebro slomljeno, možeš poznati ovako: metni prst na ono mjesto, gdje misliš, da je prebito; ako pri disanju osjećaš nieko kvrcanje, te bolestnik osjeća i bol, kad se nakašlje, onda je sigurno, da je rebro prelomljeno.

Prelom rebara samo je onda opasan, ako se uz to nutarnje čêsti povriede, ako se rebro razmrska ili u više komadića, poput iverja, prebije.

Komu se rebro prebije, osjeća bol kad diše, ali ipak pri tom brzo ozdravi, samo treba da bude miran; neka leži u postelji i neka prsište opaše širokim povojem od flanela, da se krajevi preloma ne razmiču i ne razklate.

Ako je bol vrlo jaka, metni bolestniku hladne obloge, a na večer da bolestnik mirnije spavati može, daj mu 5—10 driemkovih kapljica.

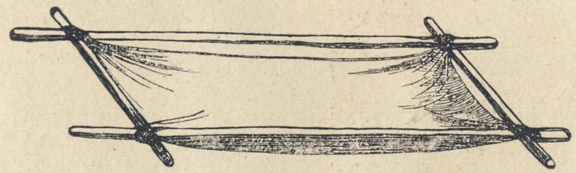
PRENAŠANJE OZLEDJENIH.

Od skoroga, brzoga i čovjekoljubivoga prenašanja unesrećenoga u bolnicu ili njegov vlastiti dom, zavisi njegovo daljnje uspješno lie-

čenje, a zlostavljanje ranjenog i nepazka njegovih ozleda ne može se poslie nikakovim liekom popraviti.

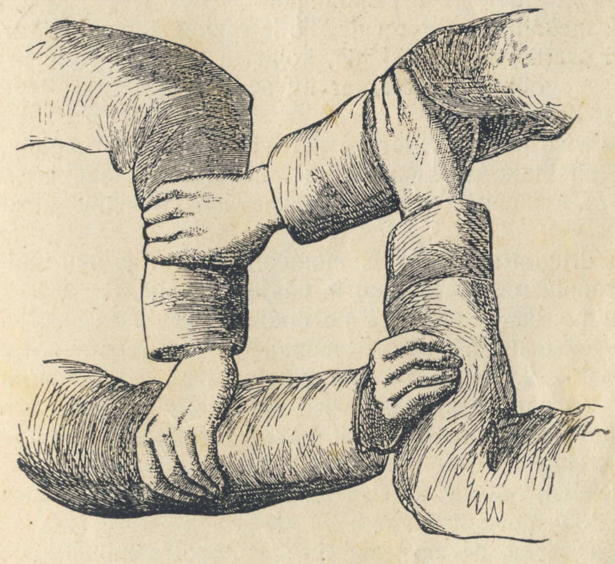
Prije nego će se nastradali prenositi, treba mu ranu pregledati, krv ustaviti i ranu zaviti.

Za nevolju mogu se kao nosila upotrebiti i izstavljena vrata ili



Sl. 100. — Obična nosila.

velika vreća, kroz koju se s jedne i s druge strane uzduž provuče po jedna motika; — lievče od kola ili se naprave za nuždu i ovako nosila: svežu se dvie dulje i dvie kraće motike u obliku okvira, preko toga okvira prostre se staro platno, košulja, kabanica ili u



Sl. 101. — Živa nosila.

nuždi i granje te se za okvir dobro pričvrsti (sl. 100.). Ako nema ni da se takova nosila napraviti mogu, onda treba da se ljudi slože i medjusobom ruke tako namjeste, da se bolestnik lako prenieti može (sl. 101.).

Pri dizanju i prenašanju unesrećenog moraju biti dvie osobe, jedna da podupire noge, a druga, da bolestnika jednom rukom prihvati izpod krsta, a drugom izpod pleća, tako, da joj se u isti mah sam bolestnik rukama o vratu drži.

Ako se bolestnik vozi na kolima, treba da konji idu samo korakom nipošto da ne brzaju.

PRETILOST OBĆA.

Mast, što ju sa hranom pojedemo, pretvara ili izgara kisik, koji udišemo, te postaje od nje ugljična kiselina i voda. Ako više masti u tielo dospije, nego što kisik potrošiti t. j. izgoriti može, to se onda ovaj višak masti na njekoju čest tiela slegne, pa se ova usalovi.

Salo čini, da čovjek ima veći objam tiela, da mu se kretanje ili gibanje otešća, on biva trom, osjeća ljeti jače vrućinu, više se znoji, a zimi ga salo brani i čuva od studeni.

Što čovjek više deblja t. j. što više sala ima, to manje mu ono zdravlju služi.

Pretilost (Fettleibigkeit, Embonpoint) otegoćuje rad plućima i srcu, jer ih mekanično obterećuje. To je razlog, zašto mužkarci traže lieka proti pretilosti, a ženskinje, kojih se salo još bolje primi, nastoje, da se debljine oproste, jer im se radi nje vitki struk tiela i milovidnost lica gubi.

Žene će više odebljati, jer od naravi na pretilost naginju, što im rad pluća nije tako snažan, kao u mužkarca, u žene bo su pluća manja, nego u mužkarca i što se žene poslom manje utrude nego mužkarci.

Jedno s drugim u savezu onemogućuje kisiku, da svu mast izgori, koju sa hranom u se primamo, te čovjek udeblja.

Ako želimo, da do pretilosti ne dodje, moramo na ovo paziti. Da što manje **masti** u naše tielo primamo, t. j. da ne jedemo jela, koja su vrlo mastna, da ne pijemo **žestoka pića**, jer i ona igraju ulogu kod izgaranja i da nam disanje bude što krepčije, t. j. da **što više kisika udišemo**, jer kisik, kako smo čuli, mast izgara, pretvara ju u ugljičnu kiselinu i vodu.

Krepčije ćemo disati, ako se mnogo kretamo u čistome zraku i ako se fizičnim poslom bavimo.

Nadalje možemo pretilosti na put stati, upotrebljujući kupelji, koje čine, da tielo brzo izbaci, što mu više nije od koristi. Ovakove kupelji naći ćemo u Marienbadu, Karlsbadu, Kissingenu, Mergentheimu itd. Debeli ljudi mogu se liečiti i po naputku Schrottovom, Bantingovom itd. mogu tielo prisiliti, da se mnogo znoji.

Što će proti svojoj pretilosti upotrebiti, znati će najbolje svatko sam. Dakako da i novčana sredstva pri tom mnogo odlučuju.

Ako tko ne može u kupelj ići, može mineralne vode i kod kuće piti. Liečnik neka opredieli, koju vodu valja piti.

Takovo liečenje trajati će 4—6 nedjelja.

Koji je odviše debeo, neka se čuva, da ne pretjerava, pa da naglo ne omršavi, jer bi mu to moglo naškoditi. Ovakav neka se svakako posavjetuje s kojim liečnikom.

PRIMALJA.

Ženka kod životinja traži samotno mjesto, kad joj dodje vrieme, da se rieši svog ploda; ona takovo mjesto traži, da mirnije može preživiti težke i mukotrpne časove radjanja. Pa tako je bilo u prastaro doba i u ljudskom rodu, kad su ljudi još u prirodnom stanju živili.

Žena je potražila samotno mjesto, ne samo s toga, da je mirnija, već jer se i sramila, da bude drugi svjedok njezinih boli i stradanja.

Napredujuća kultura zamela je trag takovom postupku pri radjanju. Milosrdna susjeda ili prijateljica, koja je sama već radjala, hiti, da rodilju tješi i u težkom joj času pomaže, da primi novorodjenče, da mu pupkovinu podveže i obskrbi svim, što mu je nuždno.

Ovakovu ženu zove ova susjeda, zove ona i tako po malo dodje na glas, da je u tom poslu veoma dobra. Ona je idući od rodilje do rodilje njeku vieštinu sebi stekla, te ju s vremenom zovu ne samo prijateljice i susjede, već i druge žene u mjestu. Za njezin trud dobije ponajprije sva moguća blagosivljanja i dobre želje, onda joj daju štokakve darove, a najposlie dobije i nješto novaca za plaću.

U taj posao umieša se konačno i uprava države. Ona zahtieva, da budu takove žene učenije i vieštije u tom poslu, nego druge. Država u tu svrhu gradi učione, gdje ženskinje, koje će biti ženama u času radjanja od pomoći, uče sve ono, što se sbiva sa ženom i plodom, kad je žena zatrudnila. Ona hoće, kako će pomagati ženi pri radjanju, da se sretno rieši svoga bremena, kako će primiti i obskrbiti porodivše se čedo. Nu pošto nije porod svaki put pravilan i naravski, već tu ima svakake neprilike i bolesti, kako od matere, tako i od strane ploda, zato se takove žene još uče, kako će poznati, kad kod žene ili ploda nije sve u redu, uče, kako će ju očuvati od pogibelji, koje joj za vrieme trudnoće priete, uče prosuditi i ukloniti sve ono, što bi rodilji za vrieme radjanja štetno bilo, uče, da mogu razpoznati, kad joj je liečnička pomoć nuždna i napokon uče, kako će radjajućoj pomoći, kad joj opasnost prieti, a liečnička pomoć ne može odmah doći ili bi došla tek onda, kad je čedo ili majka propala.

Iz rečenog viditi možeš, da je primalja (baba, babica, pupčenica, babka) žena, koja pomaže trudnicama, rodiljama, babinjačama i djeci, koja su se tek rodila. Da svemu tomu bude vješta, treba da se uči na primaljskom učilištu i da se tamo vježba. Nauk, koji puti u tu vještinu, zove se primaljstvo ili babičluk (babinstvo).

Primalja se zato zove, jer »prima« diete, kad ga mati radja, a babica zato, jer »obabi« rodilju i diete, t. j. pomaže rodilji pri porodjaju i prihvaća diete.

Primalja je dužna: 1. svjetovati, pomagati i dvoriti ženu za nošenja, porodjaja i babina, ako sve svojim redom biva, pak paziti, da nebi mati ili diete postradali;

2. gledati, da za rana spozna, što u žene nije u redu, da se može liečnik u horu dozvati;

3. prije no što liečnik dodje, sve što treba, pripraviti za pomoć pri porodjaju, liečniku u svem biti na ruku i vršiti pomnjivo, što on odredi;

4. ako je tolika pogibelj, da se ne može čekati dok liečnik dodje, kao što to često biva na selu, ima se primalja sama posla primiti i sama izvesti ono primaljsko djelo, koje liečnik u takovu slučaju rukom obavlja i to samo onako, kako je u učilištu naučila, ne upotrebljujuć nikakova orudja.

Primalja neka je primjerene dobe; najsgodnije je, da joj ima 20 do 35 god., neka je zdrava i neka nema nikakovih tjelesnih mana, inače nebi mogla naporne svoje poslove obavljati; a napokon treba da dobro čuje i vidi, te da joj prsti dobro osjećaju.

Primalja treba da je bistre glave, da može lahko i brzo prosuditi, što ima činiti, da dobro pamti, da je odvažna i srčana, ali uz to razborita.

Vršeć svoje plemenito, ali težko zvanje, neka uviek pamti, da joj je povjereno ne samo zdravlje, nego i život matere i djeteta. Valjana i vješta primalja može dakle mnogo koristiti, te mnogu kuću od nesreće sačuvati i tako sebi steći puno zasluga oko čovječanstva, te ljubav i poštovanje svojih sugradjana.

Čestita primalja u istinu je pobožna, poštena i sdušna, blaga srdca i strpljiva, uljudna i milosrdna, ćudoredna i triezna, čedna i šutljiva (umije mučati) prema liečniku je smjerna i poslušna, napram siromaku i bogatcu jednaka, napokon ona je čista, sve u nje i ruke i haljine i primaljsko orudje sve je to čisto, da je milota gledati. Takova primalja nije lahkoumna, ne mieša se u poslove, koje ne razumije ili na koje nije ovlaštena, ne baja, ne vraća i ne lieči, već gleda, da u narodu iztriebi sujevjerje i pogubne običaje prije i poslie porodjaja.

Mnogima nije s voljom, što je primaljski djelokrug tako tiesno ograničen, nu sdušna primalja vidi u tom samo veliku blagodat za

sebe, jer time nema onoliku odgovornost. Ako se drži tih granica, samo hasniti, a nikada ženi škoditi neće; jer ako će se latiti posla, koji na nju po propisu ne spada, može se dogoditi, da dobra volja urodi zlim plodom te tako ženi škodi, a na sebe navlači odgovornost.

Za vrieme babina primalja ima samo ono činiti, što je u učilištu učila i što joj je naputkom propisano, drugo ništa.

PRIMALJSKE KLIEŠTE.

Primaljske kliešte (Zange, forceps) je liečničko orudje, koje se kod radjanja upotrebljuje, a služi zato, da podpomaže silu, koja plod iz materice potiskuje ili gdje ove sile nikako nema, da ju nadomjeste.

Prve primaljske kliešte rabili su Englezi Chamberleyn i Trinkwater i to oko sredine 17. stoljeća; oni su taj izum tajnom držali. Godine 1721. pokaza ih Palfin, profesor Chirurgije u Gandu, u akademiji znanosti u Parizu, javno. Palfin nazva kliešte »mains«, što znači ruke. Istom kad su Levret u Francezkoj i Smellie u Englezkoj usavršili primaljske kliešte, postale su svojinom svih liečnika primaljstva. Danas zauzimaju primaljske kliešte dično mjesto medju liečničkim orudjem, te nema liečnika, koji ih ne bi imao i njima se ne bi služiti znao. Po svem svietu poznato je, od kolike su koristi po mater i po diete.

PRIŠT CRNI.

Crni prišt pojavlja se, kad koje mjesto izpod kože zaboli, otekne, užgalina nastane, a ova u gnojenje, raztvaranje i gnijenje predje.

Ako je koža od takovog prišta počela truniti, što se pozna po tom, što koža pocrni i jako smrdi, onda treba trulež skinuti i ranu izprati mlakom vodom pomiešanom s karbolom i to jedna trećina karbola na dvie trećine tople vode. Ranu valja svaki dan čistiti i zavijati.

Da do crnog prišta ne dodje, treba na bolestno mjesto, čim se užgalina pojavi, toplu kašicu metati, da čir što prije sazrije i da se otvori. Svakako treba za rana zvati liečnika u pomoć, da crni prišt razreže, što je ponajviše jedini spas.

PROBAVA POKVARENA.

Ovoj neprilici može biti uzrok, što želudac ima odviše ili nema dovoljnoga soka ili što ovaj nije, kako bi trebao biti i napokon, što

se želudac ne pomiče, ne giba, koliko je nuždno, da sva jela želudačni sok ovlaži i kako treba prokuha.

Još nam nije sasvim točno poznato, koliko želudačni sok utiče na probavu, ali je dobro poznato, da se njekoja jela ne mogu prokuhati, jer se u želudcu ne tvori toliko kiseline, koliko je nuždno, da se jelom smieša, te se zato pojavi žgaravica.

Žgaravica obično je obilježje želudačnog katara, te dolazi odtuda, što u želudcu nije sve u redu. Kod pokvarene probave uviek ćemo opaziti, da nema dosta želudačnoga soka. Tko pati od pokvarene probave, nema volju, na jelo. Bolestnicima se podriguje, muče ih vjetrovi te su duševno nerazpoloženi. Koliko bi trebalo, da ima želudačnoga soka, obično nemaju bliedobolne i malokrvne osobe, koji pretjerani i razkošni život žive, koji su od velike bolesti oslabili i starci. U svim tim slučajevima sustav mišica u želudcu slabo je gojan, te je s toga i gibanje želudca vrlo tromo i sporo.

U naše doba pojavile su se mnoge živčane bolesti, pa gdjekoji put moramo i za pokvarenu probavu kazati, da je posliedica nervoznih upliva, jer se ni pri najtočnijoj pregledbi ne može naći nikakova nepravilnost želudačnoga soka, a niti u vezivu želudca.

Pokvarenu probavu popraviti, dapače i podpuno izliečit ćemo, ako budemo strogo pazili, da jedemo i pijemo samo ono, što želudac podnaša i kad u obće umjereno i solidno živimo.

I valjan izbor u jelu i redoviti život, koji će izvrstno na pokvarenu probavu djelovati, naći ćemo u kupelji Karlsbad, Marienbad, Kisingen itd.

PROBIJANJE ZUBI.

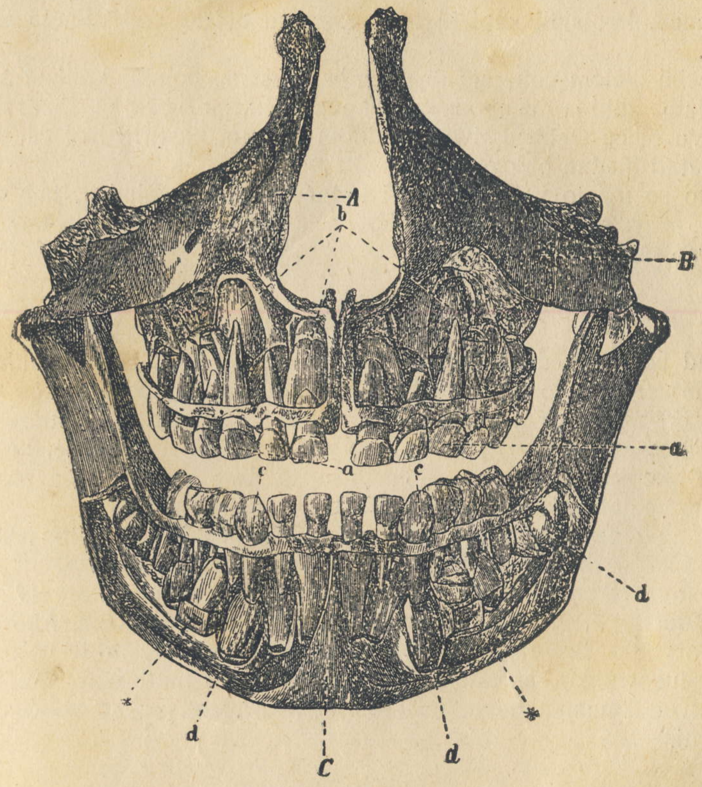
Zubi probijaju, kaže se, kad izniknu i dalje se razvijaju nad površinom čeljusti.

Već novorodjeno diete ima u čeljusti dosta dobro razvite zubne klice, nu još ne dopiru do ruba čeljusti, koji je zuberinom prekrit. U veoma riedkim slučajevima porodi se diete, i da su mu zubi već probili.

Znamenita iznimka bio je u tom pogledu onaj zadnji ugarski kralj iz kuće Arpadovaca. Njemu su već kod poroda bili njekoliko zubi nikli, te suglasno sa takovim ranim razvitkom zubi bio mu je kasnije i razvitak vlasi. Kad mu je bilo 13 godina, imao je već podpunu izraslu bradu, a kad mu je bilo 18 godina, bio je već sasvim sjedoglav.

U normalnim prilikama probijaju djetetu zubi oko 7.—8.—9. mjeseca prve godine njegovog života i to obično ovim redom: najprije probiju dolnji nutarnji sjekutići, za njima sliede četiri gornja sjekutića, onda prvi kutnjaci ili ličnjaci, a poslie tih probiju očnjaci. Kad iz čeljusti 20 zubi probije, onda je dovršeno prvo probijanje zubi.

Zubi mliečnjaci izpadaju ovim redom: dolnji sjekutići padaju u sedmoj godini, a očnjaci i kutnjaci u 10.—12. godini. Stalni zubi sjekutići probijaju u osmoj godini, za njima sliede kutnjaci od 13. godine do 20., dapače i do 30. Osme godine probijaju kutnjaci, koji, akoprem su prvi, ipak su stalni te ne će padati kao mliečnjaci.



Sl. 102. — Mliečni i trajni zubi u 5½-godišnjeg djeteta. — A) Nosnočeona nastavina g. čeljusti. — B) Jarmena nastavina. — C) Preostala kost u sredini dolinje čeljusti. — a) gornji — c) dolinji mliečni očnjaci. b) trajni gornji. d) trajni dolinji sjekutići i ličnjaci.

Kada zubi probijaju, nastaje veći pritok krvi prema čeljusti, a s time skopčan je i veći pritok prema mozgu i to s anatomičkih razloga.

U prvoj godini djetinjeg života mozag se bujno razvija, uslied čega je i veoma osjetljiv; zato nije čudo, ako se uz probijanje zubi po-

javljuje i razdraživost moždjana; bilo je mnogo slučajeva, da su djeca u to doba i djetinje (zahlipce) dobivala; čim su zubi iznikli, odmah je zahlipaca nestalo.

Mnoga djeca vrlo se muče, kad im zubi probijaju, nu odmah im odlane, čim liečnik otečenu zuberinu proreže, ako pod prstom osjeti, da će zubić probiti.

Kad se diete razboli u to doba, kad mu zubi probijaju, ne valja bolest zapustiti, pa misliti, da je diete bolestno radi toga, što mu zubi niču. Probijali zubi ili ne, svaka se bolest kod djeteta liečiti mora.

Većim dielom dobivaju djeca zube, a da ne boluju; kadkad se uz probijanje zubi javlja groznica, a kadkad su mu moždjani razdraženi. Takovu djecu treba umivati hladnom vodom, klištiriti ih i na glavu im metati hladne obloge.

Ako se u isto vrieme pojavi katar crieva ili želudca, tad se to nema pripisati probijanju zubića, već treba liečničku pomoć što prije potražiti.

PROLEŽANJE.

Kad bolestnik dugo vrieme u postelji leži, proleži se (aufliegen, Decubitus) te se oranjave mjesta, na kojima tielo počiva, kao pete, krsta (križice), trtica i pleća. Najprije se koža po tim mjestima jako crveni, te je veoma osjetljiva, poslie se ovdje otvore rane, koje se šire i sve dublje postaju. Bolestnika te rane vrlo bole, a mogu i opasne postati, ako im se druga kakova bolest pridruži.

Da se bolestnik ne proleži, treba paziti, da je pod njim postelja uviek čista i gladka, da nema nikakovih nabora na ponjavi.

Često puta pomaže, ako se ono mjesto, koje je počelo crveniti, pokvasi sokom od limuna, vinom od kamfora ili komovicom. Ako se je rana otvorila, tad valja pozvati liečnika, da prepiše, što je potrebno.

U dugotrajnim bolestima najbolje je podmetnuti pod bolestnika jastuk od kaučuka napunjen zrakom ili vodom, pa se ne će rana otvoriti.

PROLJEV.

Tko često zarad sebe ide, a nečist je riedka, taj ima proljev ili lijavicu (Diarrhoe).

Pojavljuje se kod težkih bolesti u crievima kao što su: srdobolja (dvor s krvlju), pošalina (Typhus), tuberkuloza, kolera, te u obće kod bolesti dolnjega crievnoga prohoda, naime debeloga crieva. Najčešće dolazi proljev od nahlade, osobito kad mokre noge ozebu. Tko se uplaši, jako razljuti ili se vrlo boji, i na toga zna napasti proljev. Mnogomu dodje, kad je duže vremena zapečen. Može se

dobiti i od mnogog hladnog pića, od težkih jela, od voća, a ima i različitih liekova, koji na proljev sile.

Kako se lieči proljev, koji dolazi od tuda, što su crieva bolestna, vidi kod dotične bolesti.

Ako je proljev nastao s drugoga uzroka, obično se lako izlieči. Biti će često puta dosta, da trbuh ugrijemo, da ga omotamo vunenom maramom ili širokim vunenim pasom te jedan ili dva dana samo sluzavu juhu ili prežganu čorbu jedemo. Valja se čuvati hladnoga pića, osobito hladne vode. Dobro je piti čaj od titrice ili metvice, crnu kavu ili crveno vino skuhano sa cimetovom koricom i karamfilom. Tko je slab, neka pije na dan 1—2 puta vinsku juhu.

Ako se bude držao dijete, riedko će morati druge liekove upotrebljavati. Kad bi proljev potrajao, te bi morao bolestnik 3—4 puta za rad sebe izaći, može mu se dati svaka 2—3 sata jedan Dowerski prašak ili 2—3 puta na dan po 10 driemkovih kapljica (opium).

Djeca mogu dobiti proljev već prvih dana života. Pogan im biva vodeno-žuta ili zelenkasta sa bielim grudicama usirenog mlieka; kadkada jako zaudara. Djeca će stradati od proljeva, kad ozebu ili kad dugo leže u mokrim pelenima.

Često puta je mati kriva, što diete proljev ima i to za to, što jede protivna jela ili što je i opet zaniela.

U prvom slučaju neka se čuva protivnih jela, osobito zelene salate, vrlo kiselih jela i voća. U drugom slučaju mora se diete odbiti ili mu dojkinju naći.

Najčešće stradaju od proljeva ona djeca, koja ne sisaju, već se iz ruke hrane, jer mnogo puta dobiju nečistu, studenu ili nedovoljnu hranu.

Tko želi, da se nauči, kako treba djecu hraniti, a da toliko ne stradaju od proljeva, neka sebi nabavi moju knjigu: »Njega i uzgoj djece prvih godina života«, koja se može dobiti u svakoj knjižari.

Često puta stradaju djeca od proljeva kad zubiće dobivaju. Ako pogan u ono vrieme jako zaudara, ako diete vrišti, kad ide zarad sebe, pa nemirno spava, te nema volju na jelo, znak je, da i od druge bolesti strada, a ne samo od zubića; treba onda što prije liečničku pomoć potražiti.

Ako diete ima proljev, kad mu zubi niču, a pogan mu nije smrdljiva, mirno po noći spava i ima volju na jelo, onda se ne treba bojati, taj će proljev s lahkim proći.

Djeci, koja proljev imaju, daje se na mjesto mlieka čaj od titrice, salep, Arowrot ili pržene na vodi kuhane riže. Ima li koji zubić, može mu se dati i juha od pilećeg, golubjeg ili telećeg mesa ili nastrugane govedine.

Trbuh valja toplo držati, treba ga oviti čim toplim ili metati obloge i kašice. Ako se proljev iznenada pojavi, daje se klištir od titrice ili kuhanog škroba. Kupati se mogu djeca i nadalje.

Kad veća djeca dobiju proljev, neka legnu u postelju; na mjesto vode neka piju čaj od titrice; na trbuh metni hladne obloge, koji se mienjaju svaka 3 sata, a ako proljev brzo nestane, može se dati u žlici čaja 1—3 kapi driemkovih kapljica.

PROMAJA.

Nagla promjena topline može uzrok biti, da se čovjek razboli. Kod promaje t. j. silnog strujanja zraka, koji je na nižemu stepenu topline, nego je ona od zraka, koji naše tielo okružuje, ne samo da osjećamo studen, nego je i sila toga strujanja škodljiva. Ako umočimo spužvu u frižku vodu, pa njome obrišemo koju čest našega tiela, posliedica toga umivanja sasvim drugčija će biti, nego kad voda, u koju smo spužvu umočili istu čest tiela jačim ili slabijim slapom bije. K djelovanju studeni pridružuje se još i sila vode, što pljuska ili splaka naše tielo.

To isto biva i sa promajom; kad već u njekojim okolnostima nagla promjena topline prehladu sa sobom donosi, to će tim sigurnije promaja škoditi, jer ona obično ne zahvaća čitavo tielo jednako, nego bije samo one česti tiela, koje su prema strujanju zraka okrenute. Kod promaje česti tiela nejednako se razhladjuju, a to je uzrok, da se bolest pojavi.

Ne da se tajiti, da promaja mnogomu škodi. Kad tko dugo na promaji stoji, može da iznenada dobije takav nakriv vrat ili da mu mišice na licu utrnu, da dobije kriva usta itd. Opet smiešno bi bilo, da se čovjek svakoga vjetrića boji.

Snažno strujanje zraka brzo i zamašno zanavlja zrak u prostorijama, u kojima stanujemo, te mu je korist mnogo izdašnija, nego šteta, koju bi nanielo.

Ne plaši se dakle odviše od promaje, već se njome koristi; da ti ne škodi, gledaj, da ti tielo otvrdne, jer to u obće od svake vrsti prehlade najbolje čuva.

Od promaje, kao uzroka jače prehlade, neka se čuvaju i mora da se čuvaju, koji su kakovu bolu prebolili, te na prehladu osobito naginju, a to su oni, kojima boluju disala, koji stradaju od reumatizma, onda stari sviet i oni, koji su kakovu težku bolest prebolili; jer takove osobe ne mogu ni maloj nepogodi odoljeti. O tom predmetu vidi još »prehlada i otvrdnuće«.

PROMUKLOST.

Kada glasilne sveze izgube svoju pruživost te se ne mogu pravo razširiti, ni stegnuti, tada glas postane hrapav, promukne, biva nejasan, a kadkad se i sasvim izgubi. Ovo će se dogoditi, kad se pojavi užgalina na sluznici, kojom je glasilo prekrito; onda, kada je otečen, kada se na glasilnim svezama nakupi sluz ili kada su veze gnojne. Glas promukne, kad tko ima katar u nosu i ždrielu, u grkljanu ili u dušniku. Sasvim će se glas izgubiti, to jest nikakovog glasa ne možeš imati, kad glasilne sveze izgube silu, da trepeću ili kad su ukočene ili ma s kojega uzroka negibive.

Akutni katar grkljana obično je uzrok, da promukneš; u tom slučaju promuklost brzo prodje, kao što i sama bolest, koja je bila uzrok, da se je glas promienio, naime katar grkljana.

Drugčija je promuklost, kad tko ima zastarjeli **kronični katar** grkljana; onda se tvore na glasilnim svezama naslage, te se čini kao da su ojedene i gnojne. U ovakovim prilikama glas ne može biti čist. Isto tako će glas promuknuti, kad tko ima gnojnice u grkljanu, koje potiču od **bludobolje** ili od **sušice**. Osobita vrst promuklosti pojavlja se kod **zadavice** (vidi ovu).

Od promuklosti najbolji je liek **znojenje**. Znojit ćeš se, ako njeko vrieme mirno u postelji ležiš, te piješ čaj od lipinog cvieta sa sokom od limuna i kada se kupaš u parnoj kupelji. Noću zavij vrat ručnikom, koji treba da natopiš u hladnoj vodi, te vodu dobro izciediš, sad još zamotaj vrat preko toga kakovom vunenom maramom ili šalom.

Kad su ti djeca promukla, ne puštaj ih iz sobe.

Najbolje ćeš se očuvati od promuklosti, ako se još od djetinjstva priučiš, da se miješ i trljaš hladnom vodom.

Njeka promuklost lagano dodje, ali dugo traje, kao na pr. u učitelja i svećenika od mnogog govora. Najbolji liek proti tomu je, da se dotična osoba mirno drži i da što manje govori. Ne će biti s gorega, ako im liečnik grlo pregleda. Neka peru svoje grlo raztopljenom stipsom ili trieslovinom (taninom), 1 kavenu žličicu praška na čašu vode. Može se i hrastova kora kuhati, pa onom vodom grlo izpirati. Valja takodjer grlo prati mlakim mliekom, koje si pomiešao sa nješto soda-vodom.

Kod ovakove promuklosti valjaju kupelji: Marienbad, Varaždinske i Krapinske Toplice. Dobro će učiniti, ako idu u kupelji, gdje se udišu ljekovite pare, a to su: Gleichenberg, Reichenhall ili boravak na moru.

Promuklost, koja dolazi od bludobolje, mora se liečniku prepustiti, da ju lieči.

Da je promuklost od sušice, poznaje se po tom, da se bolestniku pored promuklosti tielo suši, da težko diše, kašlje, ima groznicu te se neobično znoji.

U tom slučaju treba tielo jačati krepkim jelom i kretanjem u čistom zraku. Promuklima od sušice ne škodi toliko hladni zrak, kao neprestani boravak u sobi. Ako je bolestnik moguć, najbolje će učiniti, ako preko zime boravi u kojem toplom predjelu, gdje će moći po cio dan na zraku živiti, na pr. u našem Primorju.

Da se bol ponješto ublaži i da promuklost ne bude sve nesnosnija, neka bolestnik izpira grlo mliekom, u koje će malko tople vode uliti. Može si skuhati i čaj od bieloga slieza, pa njime grlo izpirati. Pomaže i to, kad pere grlo raztopljenom stipsom, ½ kavene žlice na litru vode.

Ova sredstva blaže promuklost, a ne škode ni najmanje plućima.

PROTIRANJE.

Protiranjem (Massage) bavili su se narodi već u najstarije doba. Osobito su Japanci tomu više od hiljadu godina veoma vješti; u današnje vrieme došlo je zapušteno protiranje i kod nas na dobar glas.

Protiranje ima svoj dobar glas, kao i uvrštenje u medicinsku znanost zahvaliti Švedima i Englezima; od njih došlo je na glas u Francezku, Njemačku itd.

Znameniti ljudi, kao što su Billroth, Charcot, Esmarch, Nussbaum i mnogi drugi preporučuju protiranje u različitim bolestima; iz toga se vidi, od kolike je znamenitosti i ciene.

Kao god što je protiranje u mnogim bolestima od neprocienjive vriednosti, kad ga obavlja vješta osoba, koja zna, kakvo protiranje za koju bolest valja, isto tako protiranje škodi, ako se s njime bavi, tko pojma neima o ustroju čovječjega tiela i od naravi koje bolesti.

Protiranje treba učiti kao i drugu vještinu; u današnje vrieme ima svaki oveći grad svojega liečnika, koji se izključivo protiranjem bavi.

U našem narodu je protiranje od pamtivieka poznato. U svakom selu je jedna, a i više žena, koje su veoma vješte u protiranju, te koje su tu vještinu tradicijom jedna od druge naučile. Njihovo protiranje često pomaže, gdje nije osbiljna bolest; kad je pako bolest mah preotela, ne zna takova seoska baba pomoći, treba u liečnika zatražiti pomoć.

PROVJETRIVANJE.

Mnogo se piše i dokazuje, da je valjano provjetrivanje ili zračenje i čist zrak glavni uslov zdravlja, a ipak pri svem tom većina ljudi ili

ne zna ili ne će da zna, da je medju čistim i nečistim zrakom golema razlika.

Da se sviet sbilja još nije uvjerio, od kolike je potrebe čist zrak, o tom se možeš lahko uvjeriti. Podji samo jutrom rano ili na večer kasno ili baš za sunčane pripeke ulicama kojega grada ili sela. U svako doba, a osobito kasno na večer, naći ćeš gotovo svuda zatvorene prozore i vrata zatvarati, da se od njeg ljudi čuvaju što bolje mogu.

»A večernji i noćni zrak, to je istom, od čega se kao od groma čuvati moraš, — večernji i noćni zrak, to je pravi pravcati otrov za čovjeka!«

Ovakove bezsmislice možeš čuti i od ljudi, koji su inače dosta pametni.

Stupiš li u stan takovom svietu, koji je vičan samo onda da otvara prozore, kad sobe čisti, težko tebi i nosu tvom, ako nisi iz kola onih, koje posjećuješ, te ti nije nos naučan na štokakve smradarije. Čovjek, koji je naučan na čist zrak, ne će moći ni časka potrajati u tom smrdljivom i zadušljivom zraku.

U toj sobi, u kojoj se možebit već njekoliko dana (a u gdjekoga možda i njekoliko nedjelja) nakupilo nečistoga zraka što disanjem, što izparivanjem jela, peći, lampe, duhana i truleži, ne samo da će ti se smučiti, već je boravak u takovoj sobi i zdravlju veoma škodljiv.

Ti, koji se toliko bojiš noćnoga zraka, ustani jednom rano, prošetaj se po čistom zraku, pa se vrati u svoju spavaonicu. Ako nisi izgubio svaki osjećaj za miris, sigurno ćeš se zgražati, kakav će ti kužni vonj u nos udariti. Na tom mjestu trebalo bi da kažeš: »Noćni zrak u mojoj zatvorenoj spavaonici je otrov«.

Možebit ćeš se sad dosjetiti jadu, odkud to, da ne spavaš noću, da te ružni sni muče, odkud to, da si svako jutro zlo razpoložen i iznuren, akoprem se nisi na večer pretrpao jelom, ni prepio pićem. Priznaješ, da te taj mamurluk ostavlja tek onda, kad si njeko vrieme izvan svoje spavaonice.

Da sastojine zraka znatno utiču na zdravlje i dugovječnost čovjeka, najbolji je dokaz, što čovjek za kratko vrieme umre, ako mu nestane zraka.

Bi li moguće bilo da sastojine onoga što udišeš, neima nikakav uticaj na tvoje zdravlje. Kažemo, da je pravo, što zakon zahtieva, da su proizvodi, koji se za hranu upotrebljuju, zdravi i bez škodljivih primjesa, tim više treba da sami na to pazimo, da je zrak, koji udišemo, prost od svake nečistoće i škodljivih sastojina.

Za čovječji, odnosno životinjski organizam, najprikladniji je zrak onakav, kakav našu zemlju u prostoj prirodi okružuje. Taj zrak sa-

stoji se po sadržini od 79 dielova dušika i 21 diela kisika, pomiešan sa neznatnim postotnim dodatkom (0.03 do 0.05%) ugljične kiseline.

Vodena para, koja se sad u većoj, sad u manjoj množini u zraku nagomila, nema nikakav upliv ni na zdravlje, ni na bolest čovječjega organizma. Da je tomu tako, vidi se odtud, što su mornari, koji većim dielom vlažni morski zrak udišu, najzdraviji, veoma krepki i vrlo jaki ljudi. A dokazom tomu jesu i predjeli u Egiptu, koji su sa svoje ljekovitosti na glasu, akoprem je tamo zrak vrlo suh.

Suh zrak svakako je bolji, jer u njem brzo se izsuše znoj i izparivanja, te tako očuva znojne žliezde, da se ne začepe.

Za pluća je bolje, ako podješto vlage u zraku ima. Normalna toplina od 10° C. obično ima 16 do 26 grama vlage. Ako želiš, da ti je zrak u toploj sobi zimi više vlažan, metni kakovu posudu s vodom na toplu peć, da se voda izpariva. Ljeti nije nuždno, da to činiš.

U sobama, gdje sviet stanuje, najviše zrak kvari ugljična kiselina, i to tim više, što je više ima. Kako se ova u zatvorenoj sobi umnoži, može čovjek izračunati, kad zna, da odrasli čovjek za jedan sat što izparivanjem, što izdisanjem 20 litara ugljične kiseline izluči. Jedna lampa, u kojoj petrolej gori, te koja na sat 0.069 litre petroleja troši, tvori za jedan sat 61.6 litara ugljične kiseline; a posvjetni plin (Gas), koji troši 140 litara plina, tvori za jedan sat 92.8 litara ugljične kiseline.

Stanovanje u sobama, koje su pune i prepune smrada, izparivanja i ugljične kiseline, veoma je škodljivo i za najzdravijeg čovjeka. Ako je dakle stanovanje u sobama, gdje je zrak iztrošen i pokvaren, za zdravoga vrlo škodljivo, koliko više takav zrak škodi bolestnicima, babinjačama i nejakoj djeci.

Brzo disanje bolestnika znak je, da mu treba više zraka; a veće izparivanje njegovog tiela i neugodni miris, što izdiše, opominje te, da skrbiš za obnovu zraka, jer se disanjem bolestnikovim još više i brže zrak iztroši i pokvari.

Svi su liečnici toga mnienja, da bolestniku ne samo mnogo čistoga zraka treba, već da se u bolestničkoj sobi neprestano zrak zanavljati mora.

Mnogo više škodi, kad udišeš zrak u sobama, koje su čvrsto zatvorene, nego kad si u sobi, u kojoj su vrata ili prozor širom otvoreni. Kad bi takav zrak škodio, morali bi naprije zidari nastradati, jer oni po vas dan kod otvorenih prozora i vrata rade.

Propuh škodi samo onda, kad kroz kakovu malu pukotinu zrak struji na pr. kad se prozor ne da dobro zatvoriti, jer onom malenom, studenom strujom zraka jednom se dielu tiela, na koji ova struja bije, oduzima odviše topline. Hladni zrak, koji čitavo tielo bije, ne škodi ništa.

Dakako da treba, da se čovjek na zrak priuči, a da to svaki činiti može, primjer su zidari.

Koliko je sretan i slobodan te neodvisan od upliva vremena i zraka čovjek, koji je naučan na zrak i nepogode vremena, a kako sažaljivati moraš onoga, komu svaki vjetrić škodi, čim se na polje pomoli.

Kao što ugljična kiselina kvari zrak, isto tako ga kvare u sobama vlažne stiene i vlažni pod. Ne škodi toliko voda, koja se iz vlažnih stiena izpariva, koliko škodi uslied vlage gnijenje i raztvaranje u sobi se nalazećih organičkih tjelesa, kao što su na pr. drvo, boje itd. Ova se raztvaranja u najsitnijim čestima po zraku razilaze, a čovjek ih disanjem u sebe prima. Osim toga vlažni zidovi i pod hrane svojom vlagom pliesan i njeke gljivice osobite vrsti, koje prostim okom viditi ne možeš, ali te čovječje zdravlje podkapaju više, nego pomisliti možeš.

Ovomu zlu donjekle se doskočiti može čestim i valjanim provjetrivanjem; ali zlo će se tek onda zatrti, kad se stiene i pod dobro izsuše.

Kako ćeš zanavljati zrak, provjetriti ga, štono se izkvario našim disanjem, izparivanjem, gnijenjem i raznim plinovima?

Priroda nam je sama pritekla u pomoć, te se naši stanovi provjetrivaju bez prestanka i bez naše pomoći, ne samo kad se slučajno otvaraju prozori i vrata, nego vanjski zrak ulazi unutra u kuću bez prestanka i to kroz najsitnije pukotine i prociepe u zidovima, pa i kroz samo drvo i zid, tako da se zrak u stanu zanavlja bez prestanka i onda, kad su prozori zatvoreni. Ovo **prirodno provjetrivanje** ili ventilacija od sama sebe nastaje tako, da svi plinovi teže, da sa svih strana podjednako prodju jedni u druge (difuzija plinova). Onda pomaže ventilaciju i vjetar, jedno što protjeruje zrak kroz zidove, a drugo opet, što pomaže nutarnjem zraku da izlazi; zato treba da paziš, kakove su stiene tvojega stana, mogu li zrak slobodno propuštati. Što su tanje i bolje suhe stiene, te što je i više šupljikav materijal, od kojega su načinjene, to će lakše zrak propuštati. Ako su vlažne, manje propuštaju zrak, zato su novo sagradjeni stanovi, koji se još nisu dobro izsušili, vrlo nezdravi.

Najviše pako izmienjuje se zrak u našim stanovima različitom toplinom u kući i izvan nje. Kuća djeluje na atmosferični zrak kao ognjište (dimnjak), sa svih strana pritiskuje hladniji, teži zrak iz vana kroz sve slučajne otvore i šupljinice u zidovima na topliji, laglji zrak u stanu, te ga po zakonu težine iztiskuje, a kad se u stanu ugrije,ustupa time svoje mjesto novomu zraku.

Što je više različit u toplini nutarnji i vanjski zrak, to je veća množina zraka, što ulazi u kuću.

Sobe se mogu veoma dobro provjetriti, ako se otvaraju prozori. I ovdje mnogo pomažu vjetar i razlika topline. U povoljnim prilikama za jedan sat kroz 1 četvorni metar prozora može proći više od 1000 kub. metara zraka. Kad se otvaraju vrata i prozori na protivnoj strani, onda još jedanput toliko zraka struji kroz sobu.

Isto tako pomažu provjetrivanje **peći**, koje se iznutra lože, kad naime ostaviš vratašca od peći otvorena.

Ovako mogu se dakle privatni stanovi uviek izdašno vjetriti.

U stanu treba ljeti cio dan prozore otvorene držati, a zimi valja ga bar jedanput na dan dobro provjetriti; ono gorivo, što se time više troši, obilno će nagraditi očuvano zdravlje.

Ako ukućani ne mogu izaći iz sobe, dok se ona vjetri, dobro bi bilo, da se zimi ne otvaraju čitava krila od prozora, da prisutni ne bi došli u promaju, nego se može gornje okno tako udesiti, da se ono gore otvara tako, da svježi zrak dolazi najprije do stropa i tako izmienjuje malo po malo sav pokvaren zrak u sobi.

Izdašnije se zanavlja zrak u velikim prostorijama umjetnom ventilacijom.

U spavaonici, ako nema susjedne sobe, u kojoj bi se prozori ili vrata držali otvoreni, treba ljeti i noću držati gornje okno otvoreno. Još bolje čini, tko si dade napraviti okvir toliko velik, kolik je prozor, a na ovaj da pričvrsti riedko platno ili kakvu sitnu mrežu, kroz koju zrak dovoljno proći može. Ovaj okvir neka namjesti na prozor, tako će mu po svu noć čisti zrak u sobu dolaziti, te će se k tomu još takovom spravom obraniti od komaraca, vjetra, prašine, gljivica i svih škodljivih, oku nevidljivih tvari, koje po zraku svoje kolo vode.

Tko ima dovoljno goriva, može i zimi svoje sobe ovako provjetriti; biti će mu za zdravlje od neprocjenive koristi.

PUNOKRVNOST.

Ima ljudi, kojima se kod svakog tjelesnog ili duševnog napora lice jako zacrveni, bude nabuhlo, krvne žile na čelu i na sliepočnicama nabreknu, pod očima im se krv podlije, imaju jako lupanje srca, te se tuže, da ih nješto u prsima davi. Kaže se, da su takovi ljudi punokrvni. Za pravo se ne zna, da li sbilja prekomjerno krvi imaju ili samo imaju previše crvenih, krvnih tjelašaca ili je to samo navala krvi prema kojim ustrojima.

Kratkotrajna, prolazna punokrvnost opaža se kod ljudi, koji su periodičnom krvarenju podvrženi, ako im u ono stanovito doba krv

ne odtiče, na pr. kod ženskinja, kad im mjesečnina zastaje, kod ljudi, koji šuljeve imaju i kod onih, koji su privikli, da krv puštaju.

Neprilike, koje od punokrvnosti nastaju, lieče se poput navale krvi (vidi navala krvi).

PUPKOVINA.

To je kanal, kroz koji se plod u materinjem tielu od njezinog organizma hrani.

Počam od trećega mjeseca trudnoće pupkovina se sastoji od pupčane ovojnice (Nabelschnurscheide), u kojoj se nalaze pupčane žile i od jedne mekane mase, tako zvane Whartonove klijevine.

Pupkovina je s prsta debeo, 50—55 centim. dugačak svežanj žila, koji se razapinje medju čedom i plodvom.

Pupkovnih žila ima tri, a to su:

1. dvie pupčane žile-kucavice, koje vode u potrošenu krv od čeda u plodvu;
2. od jedne pupčane žile krvice, koja dovodi krv, pošto se je u plodvi dogotovila, iz plodve opet k čedu;
3. od njeke ljepčive, kao drhtalica guste klijevine, koja pupčane žile obvija i jednu s drugom spaja;
4. od pupačnog ovoja, koji je dio vodenjaka i koji svu pupkovinu obvija.

Žila krvica šira je od žila kucavica. U ovima teče krv od čeda u plodvu tako na hipove, da ove biju, kao što čedu i srce kuca, zato će pupkovina na pipajući prst pokucavati.

Pupkovina je tomu, da kroz žile kucavice nosi krv iz čeda u plodvu, a kroz modru žilu krvicu da ju vraća iz plodve u čedo, a to se zove obticanje krvi u čedu.

Ovo obticanje krvi medju čedom i plodvom tako je prieko potrebito po život čedinji, da čedo mora poginuti, kad se taj obtok makar s kojega uzroka poremeti ili za više od pet minuta prekine.

Žile u pupkovini ne leže jedna tik druge, nego su zavinute jedna oko druge, kao zavinut konopac ili uže. Klijevina ima oblik fine mreže, te čini isti uslugu, što i mezgovne žile kod odraslih.

PUPKOVINU PODVEZATI.

Kako se diete porodilo i disati počelo, kucat će pupkovina još njekoliko minuta, a dokle god kuca, ne smije se prerezati. Kad je jednom prestala kucati, primalja će ju primiti tik do pupka palcem i kažiprstom lieve ruke, te ju tu pridržati; palcem pako i kažiprstom desne ruke otisnuti će od ovud klijevinu i krv u pupkovini prema plodvi, te ću ju jedno četiri prsta od pupka platnenom vrbčicom

dva puta zauzlati. Jedno dva prsta od toga mjesta podvezat će pupkovinu po drugi put, te će ju u sredini med jednim i drugim uzlom pupkoreznim nožicama (škarama, makazama) presjeći (vidi sl. 103.).



Sl. 103. — Kako se pupkovina podveže i presieče.

Pupkovina se podveže prvi put, da ne bi djetetu krv izcurila iz pupkovine, a drugi put, da krv ostane u plodvi, koja je tad punija i jedrija, te se tako lakše odlupi od materice. Po drugi put se i zato podveže, jer bi moglo biti, da je još jedno čedo u materici, pa kad se pupkovina ne bi podvezala, mogla bi mu sva krv izcuriti.

Poslie njekoliko dana usahnut će pupkovina, pa će i odpasti; u onom mjestu, gdje je bila pupkovina usadjena, ostane ranica, a poslie zarastica.

Po rečenom naputku može i tko drugi, osim primalje, pupkovinu podvezati, ako bi to nuždno bilo.

Pupkovinu valja pregledati, da li je dobro svezana, da ne bi krv iz nje potekla. Mnoga djeca su stradala od toga, što im je krv iztekla.

PUSTIKARA.



Sl. 104. — Pustikara.

Sa tri strane pokazala se pustikara (naprstak, Fingerhut, Digitalis) ljekovita. Ona uzrujani rad srdca primiruje i izravna; groznicu ublažuje i napokon mokraću bolje iz tiela izlučuje.

Ima i drugih liekova, kojima se brže i sigurnije groznica lieči i mokraća izlučuje, zato se u tim slučajevima slabo



Sl. 105. Lišće od pustikare.

upotrebljava. Ali za to, da uzburkano srce primiri i rad srca u pravi red opet dovede, pustikari nema premca, zato se u tim prilikama najčešće upotrebljuje.

Nu i u tom slučaju paziti će liečnik, gdje je može i smije prepisati.

Pustikara upotrebljuje se kao obarak ili kao liek u kapljicama, tinktura. Obarak pravi se od ½ grama lišća pustikare na 150 grama vode. Tinktura uzima se 15—20 kapi njekoliko puta na dan.

RADJATI.

Radjati zove se ono, kad se trudna žena svoga ploda riešava, kad se s njim razstaje. Uz porodjaj izlazi iz materice oplodjeno jajašce i sve, što je oko njega, dakle plodnji ovoji, plodnja voda, pupkovina i plodva.

Promotrit ćemo porodjaj, kao što se obično u životu sbiva t. j. naravski porodjaj, gdje nema nužde od vieštačke pomoći.

Ovakav porodjaj ili radjanje nazivamo uredni ili naravni porodjaj, kod kojega ne će stradati ni mati, ni diete. Porodjaj biti će pravilan, ako je rodilja zdrava i tielo joj u obće dobro sastavljeno; ako joj je zdjelica pravilna, a spolovilo u redu; ako čedo nije preveliko, te je pravilno položeno i namješetno; ako je plodva na običnu mjestu, pa nije čvrsto prirasla, te su pravilni ovoji i pupkovina. Za porodjaja mienja se žensko spolovilo njekim redom; ove su promjene toli raznovrstne i mnogobrojne, zato su porodjaj razdielili u njeke dobe, jer se tako najlaglje te promjene prouče i upamte.

Porodjaj se dieli u tri dobe:

Prva ili doba otvora počima se, kad se prvi trudovi pojave, a dovršuje se, kad se vanjsko ušće sasvim razširilo i vodenjačni mjehur pukao.

Druga ili doba izgona počima se, kad se je vanjsko ušće sasvim razširilo i vodenjačni mjehur pukao, a dovršuje se izgonom djeteta iz ženskoga spolovila.

Treća ili doba posteljice počima se s porodom djeteta, a dovršuje se, kad je materica posteljicu iztisnula.

Prva doba porodjaja. Ova se doba počima tim, da se trudovi (naponi, boli za radjanje) pojave te jedan za drugim dolaze. Boli se počimaju u krstima, a šire se prema spoju kosti stidnica.

Odmor traje dugo, kadkad po jedan ili dva sata.

To su predhodni ili prvi trudovi. Grlo materice sve više se razteže, a ušće se kod prviškinja ukazuje kao mala rupica, tanka oštra ruba, a kod žena koje su već radjale, biti će ustne debele, nabubrile, meke, a ušće otvoreno, da možeš prstom kroza nj proći. Plodnji ovoji

se za svakog truda napinju, a kad trud mine, opet omlitave; napete ovoje prstom ćeš napipati kao okrugao mjehur, a taj se zove vodenjačni mjehur.

Stežuć se materica protiskuje sve više mjehur kroz ušće, te se ovo za svakoga truda sve više razširuje.

Trudovi ovi zadaju silne boli, poglavito onima, koje prvi put radjaju i zovu se pripravni trudovi zato, što pripravljaju ušće da čedo propusti. Oni dolaze sve gušće, vodenjačni mjehur se sve češće nadimlje i sve veći biva, a kad trudovi prestanu, opet omlitavi. To se zove: mjehur se otvori.

Što se više materica steže, to više plodnje vode dolazi u vodenjačni mjehur, koji se silnije nadima, te je napet i za odmora: mjehur je gotov pući.

Ušće materice sve više se širi, čim se više kroza nj protiskuje vodenjačni mjehur, te se onda kaže ušće je 1—2 i do 3 centimetara itd. široko, a kada je do 8 centim. široko, kaže se: ušća nestaje. Kad mu ne možeš stražnjega ruba više doseći, kaže se: ušća je nestalo straga; to svagda najprije biva. Kad napokon ušća nigdje više ne možeš naći, veli se: ušća je sasvim nestalo.

Vodenjačni mjehur najvećma je napet, te će sada pući, kad trud drži, a plodnja voda će izcuriti, što je u njem; ova se zove prva voda. Ostalu vodu zaustavlja onaj dio čeda, koji leži materici na ušću.

Ako su ovoji vrlo tanki, mogu se predrieti, dok je još ušće tiesno, dok se još nije moglo razširiti, te se vodenjačni mjehur kroz ovo nije mogao protisnuti. Kadšto su ovoji opet tako žilavi, da ne puknu te će čitavi s plodom izaći.

Dok se vodenjačni mjehur nije prokinuo, možeš čedinju glavu, koja ponajviše dolje leži, tipkati; pritisneš li ju naime prstom, odskočit će, ali ti se opet spušta na prst.

Prvo doba ne dovršuje se onda, kad samo mjehur pukne, nego tek onda, kad je ušća sasvim nestalo, a i mjehur pukao. Za ove dobe ciedi se debela sluz iz rodnice, kadšto s krvlju pomiešana, a potječe iz malih žilica, koje se prekinu, kad se ušće otvara. Rodilju tjera često na polje, nigdje nema mira, njeka bojazan ju obuzimlje, ništa ne može jesti, često joj se smuči, te će i bljuvati.

Druga doba porodjaja. Kad je jednom materici ušće sasvim razšireno, a vodenjačni mjehur pukao, prolazit će čedinja glava kroz ušće, kako trudovi započmu. Ovi bivaju sve žešći i traju sve duže, a odmori su sve kraći. Ovo su pravi porodni trudovi, koji će čedinju glavu kroz rodnicu do srama izagnati, a rodilji silne boli zadati.

Rodilja uz trudove nehotice i sama tiska, upire se nogama, a rukama se drži o što čvrsto: rodilja trudovima pripomaže; ona stenje

i jauče, lice joj se rumeni, znoj ju probija, te joj se svaki čas čini, kao da će poći od sebe.

Kad prolazi čedinja glava kroz zdjelište, kosti tjemenice u djeteta će se jedna drugoj primaknuti, a glava će se stisnuti i zdjelištu priljubiti, da može krozanj proći. Od toga se koža na glavi (oglavina) malo po malo nabire, sve više natiče, a to se zove oglavnik (kapica, oglavinska nabubrina). Što duže zapinje glava, to će joj veći biti ovaj oglavnik.

Glava čedinja prošla je kroz zdjelište, te je na izlazu zdjelice već pritiskuje na medjicu i primiče se sramovnoj prokolci, kroz koju ima još proći.

Trudovi su sada najžešći, traju najdulje, zadaju rodilji najljuće boli, od kojih se za kratkoga odmora ne može da oporavi. Glava sve više razteže spolovilo, medjica veoma je nategnuta, misliš, sad će pući.

Sada je čedinja glava u sramovnoj prokolci, ali za odmora uzmiče. Za svakoga truda se sve više promalja, a najposlie ne uzmiče više natrag, kad i trud popusti.

Trudovi su sad tako silni i česti jedan za drugim, da rodilja po svem tielu drhće i trza, jeca i stenje, dok uz najžešći trud i najljuću bol glava iz prokolke sasvim ne izadje; medjica sad uzmiče i plasne.

To su potresni trudovi. Kad se je glava porodila, kratak je odmor; nu onda se materica čvrsto steže, još njekoliko trudova pa će se za glavom poroditi ramena i tielo, a za ovim poteći će plodnja voda, što je oko njega bila i malko krvi. To je posliednja voda.

Kad se diete rodilo, dovršila se druga doba porodjaja. Rodjenče veže pupkovina s plodvom, koja je još u materici.

Treća doba porodjaja.

Čim se je diete rodilo, žena je podpuno mirna, odlahnulo joj, te joj je tako dobro, kao da je preporodjena, samo se tuži, da ju peče na sramu i u rodnici i da je žedna.

Matericu ćeš osjetiti kao tvrdu kuglju, koja siže do pupka. Pretražujući iznutra, naći ćeš ponajviše, da plodva leži na ušću materice; iz ove curi neprekidno po malo krvi.

Za kakovih 5 do 15 minuta materica se na novo stane stezati, što mati više ili manje osjeća. Ovi trudovi će iz materice iztisnuti posteljicu (kućicu, pometinu, posljedak), naime plodvu, plodnje ovoje i pupkovinu; zato se zovu posteljični trudovi. Ovi nisu ni malo tako žestoki, kao što oni u drugoj dobi, te čine, da se plodva od materice odlupi.

Plodva se spušta najprije svojom gladkom, nutarnjom površinom, gdje je pupkovina utaknuta, kroz ušće materice u rodnicu, a odavle stezanjem rodnice u sram, da plodvom izlaze preokrenuti plodnji

ovoji; poslie toga ispane malko sgrušane krvi i tim se porodjaj sasvim dovršio.

Matericu ćeš sada napipati kroz potrbušinu nad spojem kosti stidnica veliku, koliko je glava u djeteta.

Redovit porodjaj traje prema zdravlju i prema tjelesnoj snazi rodilje sada duže, sada kraće. Kod prviškinja traje 12 do 18 sati, a kod žena, koje su već više puta radjale, za polovinu toliko; nu ipak ima kod ovih i kod onih puno razlika; kod jedne traje porodjaj kadkada samo jedan sat, a kod druge može trajati 24 sata, dapače i po više dana.

Što se tiče doba porodjaja, prva je doba obično najduža te traje 4 do 5 sati duže od druge, koja navadno 1 do 3 sata treba, a najkraća je treća doba, jer se obično za četvrt do pol sata svršuje.

Prvi porodjaj je obično najduži, drugi je najkraći, kao što se je opazilo kod žena, koje su više puta radjale.

RAK RANA.

Od svih težkih bolesti rak-rana (Krebs, Carcinom) najbrže iztroši sile bolestnikove. Kod ove bolesti obično se najprije zametnu otekline; čim duže traju, prave se od njih gnojnice, koje vrlo bole; čim se iste na površini provale, odmah iz njih izlazi nesnosni smrad.

Ove gnojnice odmah zahvaćaju najbliže do njih ležeću limfnu žliezdu, te kad se operacijom odstrani, opet se pojaviti zna.

Od rak rane najviše stradaju sliedeći ustroji čovječjega tiela.

Najčešće se pojavi na **materici,** onda na **dojnoj žliezdi,** hara **ustne, želudac, jezik,** tanko i debelo **crievo, žliezde opne trbušnice, mošnjicu, jajište, mužko udo, grkljan, mokraćni mjehur i žliezdu slinavku.**

U svim tim tvorinama može se rak rana sama od sebe pojaviti, dočim opna trbušnica i porebrice, tanko crievo, pluća i slezena tek onda stradaju, kad se je rak rana već u drugom ustroju pojavila.

Ako njetko već od duljeg vremena rak ranu ima, lice mu izgleda sinjavo, koža bude žutkasta, hranjenje biva sve slabije i što više omršavi, sile se sve više gube. Ovakovo stanje zove se sušica od rak rane.

Ova bolest kadkad se oteže vrlo dugo, a kadkad vrlo brzo stigne kraju. Obično je smrtonosno razpadanje početak kraju bolesti. Oteklina rak rane najviše se pojavi kod osoba, koje su 40 god. preživile. Ali ima slučajeva, da su mladi u 18.—20. god. od te bolesti stradali.

Kako je ova bolest do svog imena došla, piše njeka znamenita knjiga od god. 1731. ovako: »Pri tom blizu se nalazeće žile jako nabreknu, te se razšire, kao noge u raka (ali to ipak ne biva kod svakog), odtud ovo stradanje svoje ime ima«.

Bolestnika muči ljuta bol i druge nevolje, koje zavise od samoga mjesta, gdje se rak rana razvija. Poslie težkog i dugog bolovanja umre bolestnik mučnom smrću, ako ga operacija ne oslobodi od te bolesti.

Često puta liečnička pomoć i zakasni, jer bolestnik s početka i ne misli na opasnost, te ne pazi na neznatnu kvržicu, koja je obično zametak rak rane.

Čim bolest iz svoga legla predje na susjednu žliezdu mezgovnicu, onda obično nema više nade, da će bolestnik savršeno ozdraviti. Ako se sad i izvadja operacija, to biva samo, da se bolestniku olakšaju muke i život produži, kad se operacijom uklone gnojne i nesposobne česti, koje je rak rana zahvatila.

Od ove bolesti može se čovjek sasvim izliečiti, kad se odmah operacija napravi, dok bolest još nije zahvatila mezgovnice žliezde. Zato ne valja trovati se se štokakvim liekovima, već se odmah povjeriti vieštomu liečniku, jer bolest ne čeka, ona brzo napreduje.

RAK RANA U ŽELUDCU.

Nije poznato, što je rak rani u želudcu uzrok. Nu poznato je, da je ta bolest u njekoj obitelji nasliedna bolest. Tako su otac i sestra Napoleona I. od rak rane u želudcu umrli, a i Napoleon sam podlegao je toj bolesti.

Ova opasna bolest tako polako gdjekoji put čovjeka izmuči, da osim što bolestnik jako omršavi i što je njekako čudno žut i slab izgleda, nikakova druga obilježja nema, po kojima bi se slutiti moglo, da rak rana jede.

Njekoji put ta bolest naliči na kronični katar ili na gnojnicu u želudcu. Treba znati, da boli kod rak rane i poslie jela nisu tako silne, kao kod gnojnice; zatim bljuvotine krvi u toj bolesti nisu jasno crvene, već tamno-smedje, naliče talogu od crne kave.

Za sigurno se zna, da želudac strada od rak rane, kad uz ova obilježja: bol na jednom te istom mjestu, talogu kave slične bljuvotine, na onomu mjestu, koje boli, i oteklina se osjeća.

Konac ove bolesti uviek je smrt, jer ta će doći ili zato, što čovjek nemilo oslabi ili jer oteklina progrize stienku želudca i veće krvne žile naglodje, te se krv u trbušnu utlinu izlije i užgalinu opne trbušnice za sobom povuče.

Nastojanje oko ove bolesti sastoji se jedino u tom, da se bolestniku pruži polakšica, da mu sile tako brzo ne propadaju i da ga ljute boli ne izmuče. I ovdje su od neprocjenive vriednosti mlieko i morfij.

Profesor Billroth neumornim svojim trudom pronašao je način, kojim se i rak rana u želudcu operirati može, te se danas može od rak rane bolestno mjesto u želudcu vještom operacijom izrezati, dapače može se i veći dio želudca operacijom ukloniti, a bolestnik može još godine i godine poslie toga proživiti.

RANA NA JEZIKU.

Tko ima ranjave zube, kadkad mu se dogodi, da se njima jezik oranjavi; ili tkogod upade, pa se za jezik ugrize, a po gdjekojemu se to i u padavici dogodi. Obično ide tad mnogo krvi iz jezika. Pomoći ćeš nastradalom ovako: uzmi jezik sa dva prsta čistom maramom ili krpicom, pa ga što više iz ustiju povuci. Ranu, iz koje krv ide, pritisni krpom, nožem ili čim drugim; ako ne bi krv stala, naspi na ranu stipse ili tanina. Ako je čovjek mnogo krvi izgubio, te je oslabio, stisni mu jezik s prstima izpod rane, ako ni sad krv ne prestane teći, sveži mu onaj dio jezika, odkud krv teče tankom vrbcom ili kanafom (špagom).

RANE OD PUŠKE.

Ako tane brzo projuri, razmrska sva veziva i kosti, što na svom putu nadje.

Ima li rana od puške samo jednu rupu, znak je, da je tane u tielu ostalo; ako li dvie ima, izašlo je. Mjesto oko rane, gdje je tane u tielo unišlo, crno je, a gdje je izašlo, nije.

U tom slučaju mora se liečnik odmah dozvati, a dok on ne dodje, metni bolestniku na ranu hladne obloge; ide li mnogo krvi, metni na ranu i nju mnogo čiste vate, zavij ju povojem i vrh ovoga metni hladne obloge.

RAZKUŽBA.

Razkužba (desinfekcija) je način, kako da očistimo, uništimo, razkužimo škodljive klice, koje se nalaze u zraku i čestice, koje su u stanju i kod zdravih zavrgnuti, zaleći istu bolest, od koje težko stradaju ili su već bolest preboljeli.

Već smo njekoliko puta spomenuli, da se u njekojoj bolesti razvijaju gljivice i bakterije, koje se jedva sitnozorom viditi mogu. Tim što se neizmjerno lahko i brzo razplode i što se najvole nastaniti u zraku, koji nas okružuje, te koji udišemo, budu te sićušne gljivice

uzrok, da se i zdravi od iste bolesti razboli. Amo su učeni ljudi, koji su se iztraživanjem oko toga bavili, uvrstili difteriju, kašalj hripavac i t. d.

Kod drugih bolesti opet nisu klice u zraku nalazeće se uzrok, što tko od iste bolesti strada već su uzrok izmetine (pogan i bljuvanjak) ili čestice kože, koje se iza bolesti od njeg lupe na pr. od kolere, pošaline, kuge, boginja, ospica itd.

Razkužbu dielimo na dvoje, na razkužbu okuženog zraka i razkužbu kužnih čestica, koje se nalaze na našem tielu, na stienama našega stana itd.

Poznato je, da se ondje, gdje se organičke tvari raztvaraju t. j. gdje počmu gnjiti, razvijaju takove po zdravlje škodljive klice; — zato će nam prva briga biti, da uništimo i neškodljivim učinimo leglo takovih klica, a zatim i klice same, ako su se već razvijati počele.

Razkužit ćemo točno tjelesa i stvari, na kojima se nalaze škodljive i kužne čestice. Kako ćemo to učiniti, uče nas razkužila.

RAZKUŽILA.

Razkužilo kažemo da je svaka stvar i svaki način postupka koji je u stanju da zaprieči, da se kužive klice ne razviju ili ako su se već razvile, da ih neškodljivima učinimo, jednom riečju, da ih utamanimo ili uništimo.

Ima dovoljno primjera, gdje su se ljudi osvjedočili, da kuživo prelazi od jedne osobe na drugu, dapače može ga pojedina osoba u isto vrieme na mnogo mjesta raznieti i mnogo svieta okužiti na pr. liečnik i primalja. Zato je u naše vrieme stroga i sveta dužnost rečenim osobama, kad imaju posla sa bolestnicima, koji boluju od prilječive ili zarazne bolesti, da poslie sami sebe i sve svoje sprave, koje su kod takovih bolestnika upotrebljavali, najtočnije očiste i razkuže. Moraju osobitom pomnjom očistiti svoje ruke i haljine provjetriti ili ih s drugima zamieniti i razkužiti stvari, s kojima su se kod pregledavanja ili liečenja takovih bolestnka služili.

Za pranje ruku i orudja ima raznih lučbenih smjesa i raztopina. Najobičnija raztopina je karbolna kiselina; nu karbol ima jaki miris, koji nije svakomu po ćudi, tko se nije na njega naučio.

Sasvim dobro sredstvo za takovu razkužbu, koja nikakvog mirisa nema, je hypermanganov kiseli kali, raztopina 1 : 200. Haljine treba poslie pohoda kod rečenih bolesti stradajućeg svieta svući, i objesiti na mjesto, gdje je jak propuh, da se valjano provjetre. Kad treba opet ići takovu bolestniku, mogu se iste haljine obući.

Orudje i sprave čiste se 4—5% jakom karbolnom raztopinom. Osim što se osobe, koje takovog bolestnika pohadjaju, razkužiti moraju, valja razkužiti i sobe, u kojima kužive osobe stanuju i spavaju,

pa i mjesta, gdje bi se kužive klice lahko razvijati mogle, dakle mjesta, gdje se bacaju izmetine i druge nečistoće od kuživih bolestnika, a to su: zahodi, izljevi i smetišta. Svagdje treba paziti, da se ova mjesta valjano razkuže.

Nijedno razkužilo ne može se sa neprestanim i valjanim provjetrenjem sravniti. Nema sumnje, da je neprestana izmjena zraka i često provjetrivanje bolestničkih soba velika blgodat koli za bolestnika, toli za njega dvoreće osobe; pa opet kolike predsude u narodu! Kako malo sviet mari, da otvara prozore i vrata, da se zrak obnovi i pročisti!

Čist zrak, koji dolazi na otvorena vrata i prozore, ne samo da će bolestniku goditi i osvježiti ga, nego će svojim postojanim strujanjem biti i dobro razkužilo, jer kad zrak, makar ga mi i ne osjećali, neprestano zarazne klice amo tamo goni, nemaju kada, da se na jednom mjestu više nakupe, razvijaju i razplode; upravo tako, kao što se i voda, koja teče nikada usmrditi ne može.

Zarazne klice, koje izravno od bolestnika dolaze, uništit ćemo, ako puštamo, da se u sobi razvijaju plinovi, koji će ih odmah u zametku utamaniti. U tu svrhu naliti ćemo u kakovu široku, plitku posudu, zdjelicu ili tanjur, chlorove vode. Kad nalijemo podjednako sumporne kiseline i kalijev salpetar, razvit će se pare, koje unište zarazne i kužive klice.

Najobičnija razkužila za vrieme kolere jesu:

1. **Vapnena mliečina.** Tko želi ovu prirediti, neka uzme 4 litre vode i jednu litru sitnoga negašenoga vapna. Po prilici ¾ litre vode neka nalije u posudu, u kojoj će se vapno (kreč) gasiti; u tu vodu treba spustiti vapno, a kad je ovo svu vodu popilo, nalije se još ono preostale vode, te se dobro promieša. Ako se mliečina odmah ne upotrebi, treba je metnuti u posudu, koja se čvrsto zatvoriti dade.

2. **Chlorovo vapno** se samo za desinfekciju upotrebiti može, kada se sasvim frižko priredi i u posudu spremi, koja se čvrsto zatvoriti može.

Da je chlorovo vapno valjano, pozna se po jakom chlorovom mirisu. Ono se upotrebljuje u prašku ili kao raztopina. Raztopinu ćemo dobiti, ako dva diela chlorovog vapna sa 100 diela hladne vode pomiešamo, te pošto su se neraztopive čestice na dno slegle, ociedit ćemo čistu tekućinu.

3. **Raztopina kalievog sapuna** (tako zvanog zelenog ili crnog sapuna, Schmierseife). Tri diela sapuna raztopit ćemo u 100 dielova vrele vode (na pr. pol kilograma sapuna u 17 litara vode).

4. **Karbolna raztopina.** Najobičnije se upotrebljava karbolova kiselina 100% jaka; ova se sasvim dobro raztopi u sapunici. Pripravit ćemo si pod br. 3. raztopinu od kalievog sapuna; u tu još vrelu raztopinu uliti ćemo neprestano miešajuć jedan dio karbolne kiseline.

Ova raztopina ne izgubi dugo vrieme svoju silu, te mnogo brže i sigurnije djeluje, nego jednostavna raztopina od sapuna. Kada se na mjesto karbolne raztopine od 100% upotrebljuje čista ili destilirana kiselina, nije nuždno, da se sapunica topi, takova raztopina topi se u čistoj vodi.

5. **Parni strojevi.** To su strojevi, u kojima se vodena para razvija uz toplinu od 100° po Celziju.

6. **Kipuća voda.** Stvari, koje se imaju razkužiti, treba najmanje pol sata u kipućoj vodi prokuhati. Za to vrieme treba voda neprestano da ključa, te moraju stvari uviek pod vodom biti.

Ako ne možemo doći do karbolne kiseline, koja je pod 4. naznačena, treba se poslužiti sa razkužilima pod br. 1., 2. i 3. rečenim.

REUMATIZAM MIŠICA.

Boli u mišicama, kao da te nješto vuče i nateže, zovu se reumatizam; pri tim bolima nikakove izvanjske promjene na mišicama ne možeš opaziti. Ako pritisneš bolno mjesto, boli nisu jače, one bivaju jače samo kad se mišice gibaju ili kreću.

Kadkad ostane bol na stanovitom mjestu, onda se veli, da je reumatizam nepomičan; kadkada opet povlači se bol od mjesta na mjesto, — nestalni ili putujući reumatizam.

Ako se reumatizam drži mišica na glavi, onda se veli reumatična glavobolja. Ako napadne na mišice vrata, težko možeš glavom kretati, imaš »ukočen vrat«. Ako je reumatizam samo na jednoj strani vrata, onda je vrat »nakriv«.

Reumatizam u prsima, u plećima i u bedrima osjeća se, kad mišice onih česti od boli stradaju.

Reumatizam mišica mnogo je manje dosadan i opasan, nego reumatizam sglobova; on se obično poslie nekoliko dana izgubi.

Takav reumatizam lieči se sasvim jednostavno i to: bolestnik treba da miruje u postelji, daj mu čaj, od kojeg će se znojiti na pr. bazgov ili lipin cviet i pokrij ga pri tom dobro. Ako ima jake boli, može mu se metnuti gorušični papir ili gorušična kaša.

Ako se bol na jednom mjestu drži, te nije vrlo žestoka, neka bolestnik na tom mjestu nosi kožu od kakove životinje na pr. od mačke, zeca i t. d.

Za reumatizam mišica vrlo dobrim uspjehom upotrebljuje se gniečenje (Massage). Kad se boli tek pojavljivati počimaju, pomaže parna kupelj.

Obično svi liekovi proti ovoj bolesti pomažu, jer je čovjek uz ovo bolovanje prisiljen, da se čuva i toplo drži.

Najsigurniji liek proti bolima kod reumatizma mišica jest podkožno uštrcavanje morfinom.

REUMATIZAM SGLOBOVA.

Pod reumatizmom sglobova razumievamo njeku osobitu bol sglobova, kojoj nije uzrok kakova vanjska povreda, nego koja dolazi po mnienju vieštaka od prehlade ili kako sve više uvjeravaju, od njeke vrsti bacila.

Sglobni reumatizam pojavlja se kod gdjekoga, kad iznenada pokisne, te je bio mokar »kao miš«, kad tko dulje stanuje u vlažnom stanu, kad tko na jakom propuhu stoji itd.

U vrlo mnogo slučajeva pojavi se reumatizam, a da mu za uzrok doznati ne možeš. Poznato je, da njeki ljudi više, a njeki manje naginju na tu bolest. Isto tako se zna, tko je jednom od ove bolesti stradao, da će ga i drugi put snaći. Djeca i starci redje ju dobiju. Više se pojavljuje u umjerenom podneblju, nego u vrućem ili hladnom pojasu zemlje. Više zimi i s proljeća, nego jeseni i ljeti.

Sglobni reumatizam može biti akutan i kroničan. Kod **akutnog** ne ostaju tragovi na sglobovima; on se jakom silom pojavi, ali brzo prodje. **Kronični** reumatizam ili je posliedica akutnog ili se polako razvija, te se uz njeg odmah i promjene na sglobovima opažaju, koje se tiču oblika sglobova i njihove funkcije.

Važan i osobito znamenit pojav kod kroničnog reumatizma jest taj, što odmah u isto vrieme obole više sglobova li samo njekoji, pa onda brzo jedan za drugim. Upala sglobova, koja se je pojavila uslied vanjske povrede, drži se obično samo jednog sgloba; time se razlikuje od reumatizma. Kod upale kao i kod reumatizma sglobova znadu se pojaviti groznica i ljute boli.

Reumatizam sglobova sam po sebi nije opasna bolest i iste bolesti, koje se njemu pridružiti znadu, još ga ne čine po život opasnim. Znamenite su samo neprilike, koje ostaju doživotno iza bolesti, koje su u savezu s ovim reumatizmom. To su bolesti **srca,** koje se obično uz reumatizam pojavljuju. Ova bolest nema opredieljenog vremena koliko dugo traje; ona može sa 1—2 nedjelje proći, a može i više mjeseci potrajati. Boli i groznica kadkad su vrlo žestoke, a kadkad su sasvim neznatne, nu svakako su u jednakom razmjerju sa bolestnim sglobovima. Ovo se ne može kazati i od bolesti, koja se uz reumatizam pojavljuje, jer veoma žestok reumatizam može kadkad proći, a da se uz njega nikakova bolest ne pojavi. U drugom opet slučaju uz reumatizam, koji se samo jednoga ili vrlo malo sglobova drži, te koji prodje bez velike boli i groznice, pojavi se bolest srca, koja iza sebe može da ostavi neprolaznu povredu srčanih zalistaka. Iz ovoga je jasno, da se kod nijednog sglobnog reumatizma ne može unapred kazati, da li će proći bez ikakove povrede ili će iza njega trajne štetne posliedice ostati.

Kod ove bolesti liečit ćemo sglobove, na koje je reumatizam napao i u obće cieli tjelesni ustroj.

Bolestni sglobovi zahtievaju najveći mir, da se bolne česti ničim ne povriede, nikakvim radom ne umore; kod žestokih boli treba metati hladne obloge i to ako je moguće obloge s ledom. Cieli tjelesni organizam liečit ćemo svladajući groznicu i boli, te upotrebljujući liekove, koji na znojenje potiču. Proti groznici i bolima upotrebljava se vrlo dobrim uspjehom salicyl-kiseli natron i to 10 grama na 160 grama vode pomiešan sa 20 grama sladićeve sladorače (Süssholzsaft), svaki sat po jednu žlicu. Tko je jedanput od reumatizma sglobova patio, neka se čuva svega, što je bilo uzrok prvoj bolesti, a osobito prehlade, jer to je obično glavni uzrok ove bolesti. Tko je slabašan, te već ima njeku manu na srcu, neka nastoji, da što više prehladi izbjegne. Tko je jak, te mu iza prvog reumatizma nije ostala kakova povreda na srčanim zalistcima, neka tielo priuči, da može podnieti razne nepogode i promjene vremena, a to će najbolje činiti uporabom hladne vode.

RIBJA MAST.

Ribja mast (Leberthran) dobiva se od raznovrstnih riba živućih u sjevernom moru. Ova životinjska mast upotrebljuje se vrlo dobrim uspjehom za sve sušičave bolesti, a osobito je dobar liek proti škrofulozi.

U ribjoj masti doduše nema vanredne ljekovitosti, ali se u velike cieni, jer je veoma hraniva i jer se tiela lahko prima.

Iz početka težko se ribja mast pije radi osobito neugodnog mirisa, no malo po malo izgubi bolestnik to neprijatno čuvstvo, te ju, osobito djeca, rado piju.

Ako tko želi, da mu ribja mast pomogne, mora je duže vremena i to mnogo piti.

Liečnici ju prepisuju škrofuloznoj djeci, sušičavim odrastlima, a valja i za njekoje kronične kožne bolesti.

Djeci se daje na dan 4—6 kavenih žlica, a odrasli neka piju isto toliko žlica, s kojima se obično jede. Poslie toga neka svaki put komadić kruha ili žemlje prožvače, da se neugodni ukus u ustima izgubi.

Ribja mast pije se samo zimi, jer se ljeti brzo pokvari, pa onda probavi škodi.

RODILIŠTA.

Što iz čovjekoljublja, što radi toga, da se mladi liečnici vježbaju, sagradjeni su domovi, u kojima ženskinje u najtežem času života svoga utočište nalaze. Tamo pod liečničkim nadzorom, uz valjanu

njegu, preživu u ženskom životu toli znamenito doba. — Ovakove domove nazivamo rodilišta, a nalazimo ih po svim velikim gradovima.

U rodilište idu ženskinje, kojima novčana sredstva nisu tolika, da bi se kod kuće dvoriti mogle; onda ženskinje, koje su griešnim načinom do tog stanja došle, a nisu tako bogate, da bi u privatnoj kući ono vrieme preživile. To su obično služavke, majke nezakonite djece. Ovakove ženskinje nadju u rodilištu zaklon, nuždnu pomoć i podvorbu bez ikakove plaće ili odštete, samo se od njih zahtieva, da posluže za učevne svrhe, jer su ovakova rodilišta ponajviše ujedno i učilišta za primalje i za buduće liečnike.

U njekojim gradovima dužna je ženskinja, koja dodje u rodilište na obskrbu, da njeko vrieme doji djecu u zavodu samom ili gdje je uz takav zavod i nahodište. Razumije se, ako je za taj posao sposobna, t. j. ako je posve zdrava, te ima dosta mlieka.

Ovi zavodi imaju svoje liečnike predstojnike, profesore primaljstva ili učitelje za primalje i dvoranu za podvornike, sobe, u kojima žive trudnice, radjaonicu, sobe za babinjače i osim toga ima i odieljenih soba.

Ako je takav zavod ujedno i primaljsko učilište, ima još i dvoranu, u kojoj se nauk predaje i dvoranu, u kojoj učenice stanuju.

Od učenica primaljstva obično jedna ili dvie pretražuju ženskinju odmah pred porodom i to pod nadzorom liečnikovim. Učenici slobodno je samo onda pretražiti, kad je učitelj primaljstva, siguran, da to ne će ženi škoditi.

Kod ove pretrage uči učenica, kako plod u materici leži, kakovo je zdjelište u žene, uči, da li će žena sama moći roditi ili će biti vještačka pomoć nuždna. Ona kod ovakove pretrage nadalje uči poznavati neobične prilike kod radjanja, u kojem će slučaju moći sama pomoći, a gdje je nužda, da liečničku pomoć potraži. Zatim uči, kako će primaljske poslove obaviti, koji joj poslie u javnom službovanju kod običnog poroda predstoje.

Za vrieme radjanja i u babinama učenice samo gledaju, kako se sa takvim ženskinjama postupa i kako ih treba dvoriti.

Ženskinja mienja svoj stan u rodilištu po tom, da li je trudnica, rodilja ili babinjača.

Kad počme trudove dobivati, dodje u radjaonicu, tamo ostane, dok se porod ne svrši. Poslie poroda odnesu ju u sobu za babinjače.

Babinjače, koje imaju babinju groznicu, imaju svoje odieljene sobe. Takove odieljene sobe prava su blagodat za bolestne i zdrave; one su uvedene tek u novije doba. Pokojnoga peštanskoga profesora Semmelweissa ide hvala i neumrla zasluga; on bo je prvi bio, koji se je osvjedočio, da je babinja groznica zarazna bolest.

Opasnost zaraze mnogo je manja, odkad se ženskinje, imajuće babinju groznicu, u posebne sobe smještaju. Kad se primalje strogo i savjestno drže čistoće i antiseptičnih propisa, onda riedko kad će se babinja groznica pojaviti.

U Petrogradu ima po gradu više takovih rodilišta; ona su uredjena samo sa četiri postelje. Jedna je opredieljena za radjajuću. Svako ovakovo rodilište stoji pod nadzorom primaljskog liečnika. Starija primalja uz mladju dvori rodilju i ima brigu za cielo rodilište. U zavodu služi kuharica, pralja i sluga. Ovi zavodi s manjim su troškom skopčani, ali ne mogu služiti za učevne svrhe, kao velika rodilišta, u kojima ima mnogo učevnih sredstava i mnogo rodilja, smrtni slučajevi veoma su riedki.

Još nam je spomenuti, da ima takovih zavoda i za otmeniji sviet, koji je u to stanje zabludio. Tamo mogu ženskinje sasvim mirno živiti i ne trebaju se bojati, da će ih tko odati ili da će ih kakove neprilike snaći.

Kad takova ženska u zavod dolazi, položi svotu novaca za opredieljeno vrieme i ujedno predaje glavaru zavoda zapečaćen list, u njem piše, tko je i odkuda je.

Kad iz zavoda izadje, dobije svoj list opet onako zapečaćen, kao što ga je bila predala, samo u slučaju, da u rodilištu umre, otvore list, da znadu rodbinu o smrti izviestiti, te ako joj je blizu dom, da mrtvo tielo njezinima predadu.

Ima i rodilištnih zavoda, u koje trudna ženska dolazi sa krinkom na licu, koju nikada ne skine. Samo ako umre, skine joj se.

U našoj domovini ima rodilište i s njim skopčano učilište za primalje u glavnom gradu Zagrebu. Temelj tomu humanitarnomu zavodu položen je dozvolom Njeg. ces. i kr. apoštol. Veličanstva našega premilostivoga kralja Franje Josipa I. god. 1876. za banovanja Ivana Mažuranića. Prvi tečaj primaljskog učilišta počeo je početkom studenoga god. 1877.

Za vrieme osnutka bio je zavod smješten u bolnici milosrdnih sestara u Ilici.

Vlada bana Dragutina grofa Khuen-Hedérváryа uvidiv, da taj zemaljski zavod, koji se je od godine do godine umnožao i više pohadjao, ne može i ne smije duže smješten biti u tako neshodnim i tiesnim prostorijama, učini ugovor sa milosrdnim sestrama te je njihova bolnica, u kojoj bje rodilište smješteno, u vlastničtvo kr. zemaljske vlade prešla i to god. 1894. a time je postala potreba, da se dotadanje rodilište sasvim preustroji.

Sadašnje rodilište i primaljsko učilište je prema onomu staromu sasvim preuredjeno i preustrojeno, te je zavod liepo obskrbljen svim nuždnim učilima i modernim spravama, tako da se uzporediti može

svim drugim sličnim zavodima, ne samo u našoj monarhiji, nego i izvan nje.

Sada je to rodilište humanitaran zavod u pravom smislu rieči; ženske, dapače i mnoge udate, te iz boljih obitelji rado dolaze u rodilište, jer su dobro smještene, imaju dobru hranu, drže se tajno, a za nje plaćaju zemaljski fondovi; koja je u prvom razredu plaća po 6 K, u drugom razredu po 3 K na dan, uključivo liekove, eventualno operacije itd.

Koli liepo napreduje rodilište u Zagrebu evo najjasnijeg dokaza u brojkama.

Od početka listopada 1877., kada je zavod otvoren, pa do konca god. 1878. primljeno je u rodilište tek 128 trudnica. Od 1. siečnja 1898. god. pa do konca godine 1898. primljeno je 305 trudnica. Do sada je u svem primljeno 4415 trudnica.

Primaljsko učilište izučilo je od početka studenoga 1877. god., kada je prvi primaljski tečaj započeo, pa do konca godine 1898. 692 primalje.

ROSOPAS.

Rosopas (Schöllkraut, Chelidonium) spada medju one liekove, koji izlučivanje trbušnih ustroja potiču. Daje se kad komu jetra oteknu, kad tko ima vodenu bolest i zastarjeli kožni osip, jer se njim i izparivanje kože pospješuje.

Izvadak (Extrakt) od rosopasa daje se više put na dan ½ do 1 grama u tekućem obliku ili u pilulama.

Frižki mlieku slični sok ove biljke jako je jedak; narod s njim maže bradavice, da ih se rieši.

RANA REZOTINA.

Rana rezotina (sjekotina, siečna rana, Schnittwunde) nastaje, kada tko oštrim orudjem spoj veziva razreže. Ovakove lahke ozlede brzo zarastu, ne ostavljajuć iza sebe brazgotina. Ako rana nije velika, ni duboka, dovoljno je, ako je pokriješ čistom vatom (iz ljekarne) ili metni na nju priljepivog melema (Heftpflaster) ili englezkog melema (Englisch Pflaster).

Kad pokriješ ranu sa ovakovim stvarima ona se ne okalja, niti ju može lahko povriediti kakav udarac, natisak itd.

Mnogi imaju taj običaj, da iz rane krv izsisaju. To više škodi, nego hasni. Smukajuć krv ona se ne ustavlja, nego još više pritiče. Male žilice, iz kojih krv probija, skoro se zaliepe i začepe kad u nje ne diraš, dočim smukanje čini, da se ne mogu začepiti, nego i nadalje krv iz njih šika.

Najjednostavnije sredstvo, da ustaviš krv jest, da čime pritisneš ranu; tim ćeš ju najbrže i najlakše začepiti, da krv iz nje više ne curi. Nu ne valja ranu začepiti, kao što je u mnogim mjestima običaj, kosom, vunom, paučinom itd. jer takove su stvari nečiste, pa tako bi se mogla krv otrovati i ozledjeni velikog zla dopasti.

Na mjesto da krv izsisaš, bolje je, da ju čistom vodom izpereš, tako ćeš ju i čistu imati, a krv će se ustaviti.

Ako je rana velika i duboka, od prieke je potrebe, da pozoveš liečnika, a dok ovaj ne dodje, pokrij ranu čistom vatom i čvrsto ju maramom, pasom ili čim drugim stegni.

Kadkad nije ni nuždno, da se žila podveže, ako ju dobro začepiš i čime valjano pričvrstiš. Lahke i male ozlede brzo prodju, ako ih pokriješ priljepivim ili englezkim melemom ili vatom.

Rana se sraste za njekoliko dana, a da iza nje nikakav trag ne opaziš.

Ako se rana mora sašiti, onda treba dulje vremena, dok se sraste, sve ako i nije ognojavanje pri tom nastalo. Ako se je rana gnojila, ostaje iza nje zarastica.

RTONOGA.

Kad tko ide samo nožnim prstima i vrškom noge po zemlji stupa, a ostala noga i peta poda se i ne dotiču (vidi sliku 106.), onda se taj nepravilni položaj noge zove rtonoga (Spitzfuss) te je ili prirodjen ili je nastao od tuda, što se je ukočila ili kljenuta prigibna mišica.



Sl. 106. — Rtonoga.

Liečenje sastoji se u tom, da nogu u pravilni pravokutni položaj postaviš, te ju sa zavojima pričvrstiš. Da se ovo postigne, obično treba da se razreže petna žila (Achillovo tetivo), To je liepo široko i jako tetivo na listu noge, kojem je nasadno mjesto na koštici pete. Kljenut prigibne mišice liečí se elektricitetom (munjinom).

RUVED.

Glavne sastojine ruveda (Rhabarber, Rheum) jesu treslovina, njeka vrst osobite gorčine, boja, Chrisofanova kiselina, smola i vapneni cecelijan (kleesauer Kalk).

Treslovina steže, gorčina podpomaže slabu probavu, Chrisofanova kiselina otvara stolicu i daje izmetinama intenzivnu žutu boju.

Iz rečenog jasno se vidi, za kakove bolesti ruved valja. U malim

obrocima, po prilici 20—25 centigrama svaki dan, potiče probavu, uveliča volju na jelo, malo nješto steže utrobu t. j. zatvara donjekle stolicu.

Ako uzmeš od ruveda 1—2 grama, tjerat će te uz sasvim slabe boli na dvor, imat ćeš kaši sličnu i obilatu stolicu.



Sl. 107. — Ruved.

Ruved upotrebljuje se kao tekućina i to 2—3 male žlice na dan. Ruvedova sladorača (Syrupus rhei) daje se maloj djeci, da dobiju stolicu. Hufelandov dječji prašak takodjer se daje djeci za stolicu, a sastoji od 5 diela ruvedovog praška, 2 diela ugljeno-kisele magnezije i 10 dielova ulievitog šećera. Od tog praška daje se tri puta na dan koliko može stati na vrh noža.

SALEP.

Salepov korjen obiluje biljevnom sluzi i škrobovinom. Ove sastojine čine, da salep djeluje blago, da utišava uzrujanost, a ujedno je i hraniv, zato se upotrebljuje, kad tko ima proljev, srdobolju, sušicu itd.

Salep se daje kao uvarak; uzmi 1—2 grama salepovog korjena na 400 grama vode, mlieka ili mesne juhe. Salepovu sluz napravit ćeš ovako: 4 grama salepovog praška razmuti sa 40 grama vode, prilievaj neprestano miešajuć na vatri jedno 350 grama kipuće vode.

Bugari piju zimi salep proti kataru i kašlju. »Salepdžije«, obično Arnauti, rodom iz Albanije, ljeti obradjuju kod kuće svoja polja, a zimi idu u Bugarsku na zaslužbu; oko pasa imaju drvene sprave, u te ponamjeste findžane, kao za crnu kavu i mjesto šećera. Ibrikom u ruci, u kojem nose vreli salep, idu već u zoru ulicama vičući: »Salep, Salep!«

Mnogi ćak iz kreveta ustanu i pohite na ulicu, da izpiju findžan, dva vrućega salepa.

SALICILNA KISELINA.

Salicilna kiselina (Salicylsäure) je kemički proizvod; ona je na glasu, jer utamanjuje mikroskopične gljivice, zato se upotrebljuje kod svih bolesti, za koje se misli, da im je uzrok šilna moina gljivica.

Dokazano je, da doista smrtonosno na gljivice djeluje, zato se upotrebljuje pri vidanju rana, kod pripravljanja zavoja i stvari, koje se kod liečenja rana upotrebljuju.

Salicilna kiselina daje se, da se boli utišaju, kad tko ima akutni reumatizam sglobova ili bol u sglobovima, koja je sa velikom vrućinom skopčana. Od nje se ustavlja znojenje i sa znojenjem skopčano raztvaranje se preprieči; zato se upotrebljuje za prašak, kád se komu noge znoje.

Za nutarnji liek bolji je salicilni natron, nego čista salicilna kiselina, i to zato, što od salicilnog natrona nema poslie neprijatnih posliedica, kao što znaju biti poslie salicilne kiseline, kad se mnogo uzme. Salicilni natron daje se 5, 10—20 grama na dan, raztopljen u vodi ili kao prašak.

SENOVO LIŠĆE.

Ovo lišće (Sennablätter) dobiva se od arabsko-afrikanske pinije; veoma djeluje kao liek za pročist, nu jer čaj od senovog lišća jako nadraži opnu sluznicu u želudcu i u crievu, te jer se od nje dobivaju boli nalik na grižu, zato se ne upotrebljuje često. Samo komu je probavilo sasvim zdravo, dakle oni, koji su snažni, te nisu razdraživi i nemaju kakovu užgalinu u trbuhu, te kojima nije razdražena utroba, mogu senovo lišće upotrebiti.

Pije se ili vruće ili hladno. Ako ćeš piti vruće, napravi obarak od 8—12 grama senovog lišća na 150 grama kipuće vode, prociedi ga, te svaka dva sata izpij po dvie žlice ovog čaja, dok ne podješ na dvor. Ako kaniš hladno senovo lišće piti, pravi ga ovako: uzmi 8—12 grama lišća, namoči ga 6—8 sati u hladnoj vodi, ociedi tekućinu, te ju popij na njekoliko puta.

Čistila, koja su od više bilina smiešana, te kojima je glavna sastojina senovo lišće, češće se upotrebljuju, nego samo senovo lišće. Takovo čistilo je St. Germainski čaj (reci »senžermenski«); ljekari ga smiešaju od senovog lišća, lipinog cvieta, sladkoga januša i srieša (birse). Od ovog čaja uzme se vrhom puna žlica na šalicu čaja, po volji dodaje se još nješto šećera, pije se obično na večer prije spavanja. Obično počme u zoru djelovati. Isto tako ima senovog lišća i u čistilu, koje se obično za djecu daje.

SIPNJA.

Sipnji (Asthma, Brustbeklemmung) može uzrok biti, što su ustroji pluća bolestni ili je nervozne vrsti t. j. djelovanje živaca nije kako treba. Od sipnje, kojoj su živci uzrok, stradaju najviše ljudi srednjih godina; inače mogu biti sasvim zdravi. Vjerojatno je, da su najglavniji uzroci sipnje pogrieška u jelu i kad se tko razdraži ili uzruja. Kadkad dodje sipnja, a da joj se povod naći ne može.

Ova bolest pojavljuje se ovako: bolestniku na časove zastaje disanje, čini mu se, da ga nješto tišti i da mu je trbuh napet, hoće duboko da diše, ali mu nješto smeta, jer osjeća, da mu grudište nješto steže, kao kakvim obručem ili svezom, pa za to prsište ne može raztegnuti. Disanje biva svistuće i čuje se dosta glasno, bolestnik se vrlo uplaši. Srce bije naglo i nepravilno. Lice probliedi, koža je hladna, bilo se jedva osjeća. Ovakovo stanje može trajati 10—20 minuta, a i više sati, ali tad na časove sipnja popušta. Ona na jedanput popusti ili malo po malo popušta, a bolestnik pri tom neprestano zieva te mu se podriguje. Čim popusti, bolestnik osjeća, da mu je sasvim dobro, akoprem još nieko vrieme kašlje i hrače.

Bolestnici obično hodaju, kad ih sipnja spopadne; ako bi koji u krevetu bio, kad ga muka spopadne, treba mu štogod podložiti, da mu glava na visoko leži, treba sve tiesne haljine s njega svući, metni mu na prsa, ledja, listove ili stopala (tabane) gorušičnu kašu, daj mu da guta komadiće leda, da jede sladoled ili da pije crnu kavu. Ako nemaš gorušice pri ruci, metni mu noge i ruke u toplu vodu. Klištir sa sirćetom mnogo puta pomaže, da sipnja brzo prodje. Od velike je koristi, ako izgoriš salitreni papir, pa da bolestnik paru od njega udiše.

Bolestnik neka se čuva svega onoga, o čem zna, da će mu sipnju proizvesti. Od prieke je potrebe, da živi dan i noć u čistom zraku. Neka se čuva svega, što ga razdražiti ili uzrujati može i neka pazi, da se ne pretrpa jelom.

Komu može biti, neka ide u morske krajeve, da se naužije morskoga zraka i neka gleda, da se okriepi, pa će ga sipnja manje napadati.

Sipnja se može prvih godina i kod djece pojaviti i to sasvim iznenada, a da diete ne kašlje niti je promuklo. Treba dobro razlikovati sipnju od zadavice (angina). Ona se pojavljuje ovako: diete prestaje disati, lice pomodri, oči i lice izgledaju uplašeno.

Sipljavoj djeci treba lice poprskati hladnom vodom, klištiriti ih sapunicom, uljem ili octom. Ruke i noge neka se taru flanelom, ili gorušičnim špiritom, na prsa i na listove metni gorušičnu kašu ili gorušični papir, a ovaj neka leži 10—15 minuta. Takovo diete treba čuvat od nazebe i prekomjernog jela. Kadkada spopadne diete sipnja, što gliste ima. Daj mu štogod, da izbaci gliste i sipnje će nestati.

SIRUTKA.

Uplivom kiseline dieli se mlieko u sirninu, maslo i sirutku, a u krv predje sirutka, kad se mliečni šećer, koji se u njoj nalazi, u mliečnu kiselinu pretvori.

Kadkad je nuždno, da se tkogod samo ovom sastojinom mlieka, naime sirutkom hrani; zato se sirutka pravi ovako: 800 grama svježeg mlieka daj da uzavri; kad počme kuhati prilij 8 grama octa. Kad se mlieko skisne, te je već na pola ohladilo, prociedi ga, te ga još jedanput metni kuhati, dodaj ovaj put bjelanjak od jednog jajeta, koji se je izbio, da je »snieg«. Prociedi opet sirutku i dodaj toliko ugljeno-kisele magnezije, da se kiselina neutralizira, onda propusti na pola ohladnjelu tekućinu kroz bugačicu.

Ovako dobiva se sladka sirutka; ako želiš, da je kisela, ne treba primiešati ugljeno-kisele magnezije.

Glavne sastojine sirutke jesu voda, mliečni šećer i soli. Ona je vrlo malo hraniva, zato je bolje, da pije mlieko, tko ga piti može, jer je ovo mnogo hranivije.

Bolesti, u kojima se mjesto mlieka sirutka pije, jesu hrdjava probava, uz koju je tielo zatvoreno, onda kronični katar grkljana, dušnika i pluća.

SISANČE.

Diete, koje se izključivo majčinim mliekom hrani, t. j. sisa, zove se sisanče, dojenče (Säugling). Čim se više ne hrani majčinim mliekom, prestaje biti sisanče. Već je rečeno, od kakve je blagodati majčino mlieko; da čujemo koju i o njezi sisančeta.

Na njegu sisančeta spada briga oko **kupelji, haljina i zraka.**

Vlastita toplina sisančeta veoma je slaba, zato ga moraš čuvati, da toplinu, što ima, ne izgubi. Voda, u kojoj ćeš diete kupati, mora dovoljno topla biti, tako da ne osjeća studen u njoj. Dobro je, da opitaš toplinu vode sa podlakticom (ako toplomjera za vodu nemaš), jer je ona čest ruke više za toplinu osjetljiva, nego prsti i dlan; nu najbolje će ti kazati, da li je voda dovoljno topla, dobar toplomjer za vodu. Voda, u kojoj ćeš diete kupati, neka je 27—28° R. topla.

Sisanče ne treba dulje od 5—8 minuta kupati. Svaka zdrava mati dužna je, da sama svoje diete kupa, a to se čini ovako: drži diete svojom lievom rukom, da ti leži s plećima upravo na dlanu, a glavica da iz vode viri; desnicom mu operi tielo komadićem flanela ili mekanom krpicom. Oči od vanjskoga kuta prema nutarnjem obriši tankom čistom krpicom, umočenom u čistu mlaku vodu, koju si naposeb za to pripravila. Isto tako ćeš mu usta izprati drugom u hladnu

vodu umočenom čistom krpicom. Čistom platnenom krpicom ovij desni kažiprst, natopi prst u pripravljenu vodu, te ga lagano potisni djetetu u usta, pa oprezno očisti nebce, desni i jezik.

Okupano diete treba u kakovu mekanu, toplu ponjavu ili veliku maramu umotati, na jastuk položiti i pazljivo brisati, a uz to paziti, da ne nazebe.

Čim je diete obrisano, opaši ga pupčanim povojem, oblači mu košuljicu i haljinice i zavij ga u pelene. Pazi, da na peleni nema nabora, jer će ga tištiti, ono će od muke početi revati, pa nećeš imati mira.

Novorodjenče oblači se obično ovako: najprije mu oblači košuljicu od zada otvorenu, a na ovu isto takovu, ali kraću od pamuka ili pletenu; tad složi pletenicu na tri ugla, položi diete na nju, potegni dolnji kraj gore do trbuha, da pokrije spolovilo, a sa oba pobočna kraja uvij nožice, ali ne kruto, svaku posebice; u drugu pako pelenicu uvij diete sasvim, da mu budu i ledja, trbuh i noge pokrite; pod diete položi komad flanela ili barheta, a da se nebi jastučić, u koji će se povezati, promočio, metni na nj komad tafeta, platna od kaučuka ili Billroth-batista. Tako povito diete položi u zibku ili u posteljicu. Ne valja, da se čvrsto s povojem povije, jer se onda ne može razvijati, kako treba, pa mu se i disanje i obticanje krvi prieči.

Sasvim je krivo mnienje, da se noge i ruke čvrsto poviti moraju, jer bi diete inače tobož krive noge dobilo. Ručice ne treba nikako poviti, a glavu ne treba nikako pokriti kapicom, jer se pod njom ne može glava izparivati, već se znoj opet natrag povlači, odtud nastane nečista glava i svakojaki osipi. Kad si diete poslie kupanja obukla, daj mu, da se do sita nasisa, pa onda s njim u njegovu posteljicu.

Namjesti posteljicu tako, da nije napram vratima; pazi, da i ne gleda u prozor, jer jasno svjetlo bliešti mu u oči, kad je budno, a kvari mu san, kad spava. Posteljicu ničin ne zastiraj, da do djeteta uviek čist zrak može doći; pazi, da zimi nije blizu tople peći.

Nepametno, nezdravo i griešno je, da diete u noći po više sati plače, jer u mokrom leži i da čeka, dok se očisti, dok se lienoj majci ili dojilji prohtije, da ustane. Takav postupak s djetetom obično je uzrok, da se djetetu koža ojede. Nije pametno, ako misliš, da bi se diete prehladilo, kad bi ga noću posušila i previla.

Ako se diete zimi rodi, neka je soba i danju i noću 15—16°R. topla; kad diete poodraste, biti će i snažnije i toplina mu veća, te će lahko podnieti ono njekoliko minuta, dok ga u čisto metneš i očistiš.

Dok diete sisa, kupaj ga svaki dan. Toplinu vode udesi po djetinjoj starosti. Malo po malo treba ga u hladnijoj vodi kupati; s vremenom neka kupelj od 28 stupnjeva topline sadje na 24—25, najmanje na 20 stupnjeva po Reamuru. Diete kupati u hladnoj vodi ili u hladnoj sobi, ne valja.

Da je diete noću mirnije, možeš ga na večer kupati; osobito je dobro, da ga u to doba kupaš, ako ga preko dana na šetnju pošalješ. Diete, kojemu još nema tri mjeseca, zavij koprenom kad ga na zrak nosiš, to je najsigurnije sredstvo, kojim ćeš ga očuvati, da mu se disala ne prehlade od vanjskoga, možebit hladnijeg i oštrog zraka. Koprena je najsgodniji respirator za diete.

Bolje je, da diete u kolicama voziš, nego da ga nosiš. Ako ga nosiš, a ti ga drži onako, kao što u posteljici leži; ne nosi ga, dok je nejako, u sjedećem položaju.

Zima ili vrućina manje djetetu škode, nego vjetar i vlaga; zato nosi ga samo po suhom, vedrom i tihom vremenu na zrak. Bilo u posteljici, bilo na ruci, pazi, da ga haljinice ne stežu i ne pritiskuju, neka su naredne, uz to tople kako treba, ni da je pretrpano s njima.

Da uspavaš diete, ne ljuljaj ga ni u zibki (bešiki, ljuljački, kolievci), ni na ruci; od ljuljanja mu se smuči, mozag mu se vrti, pa može i bljuvati. Ljuljanje samo je hrdjava nauka, koja mnogo puta djetetu škodi.

Sisančetu je potreba, da viče, jer pošto se još ne može živo gibati, mora mjesto toga vikati. Vičući diete kriepko diše, a tim se krv življe tjera u srce, a odavle u tielo; krivo čine dakle one, koje im ne dadu vikati, nego ga ušutkaju svakojako ili mu dadu sisati, samo da se umiri. **Dojka je jedino za to, da se s njom diete hrani, a nipošto da diete umiri.**

Kad diete prestane sisati, već nastaje drugo doba u njegovom životu, i u ovo doba ima odgoj djece svoja stanovita pravila.

SKRLETINA.

Skrletina (skrlet, Scharlach) je zarazna, česta i opasna djetinja bolest. Ona svojim otrovom tri mjesta na djetinjem tielu napada, a to su: koža, vrat i bubrezi.

Bolest uhvati najprije vrat, onda kožu i najposlie bubrege. Skrletina prelazi s osobe na osobu, a može se prenieti haljinama, dapače može zaraziti drugoga, tko od skrletine i ne boluje. Od dana kad se tko skrletinom zarazi, pa dok se ne pokaže, mogu proći 2, 3—8 dana; medju ovim vremenom može zaraženo čeljade, da se još sasvim zdravim osjeća. Bolest počima vrlo jakom groznicom. Drhtavica, vrućina, glavobolja, muka na bljuvanje to su prva obilježja ove bolesti, doskora eto i vratobolje. Ako pogledaš u vrat, vidiš, da je u njem isto tako, kao kad bi imao akutni katar grla, jezik se na vršku i postrance crveni poput malina.

Kad je skrletina osobito žestoka, djeca, koja inače naginju na razdraživost mozga, dobiju nastup poput djetinjih grčeva, nesvjesticu i buncaju. Kad je ovakovo stanje njekoliko sati, a njegda i po 1—2 dana potrajalo, izdade se osip i to najprije na vratu. Ukažu se s početka male, jasno-crvene, ovdje ondje razasute pjege, koje sve veće bivaju, a poslie se sve u jedno sliju; sva koža, po kojoj su se razišle, ima skrletnu boju, te se čini, da je ondje pokrita jednim komadom skrleta. Razlika izmedju dobraca i skrletine sastoji se u tom, što kod dobraca medju crvenim krpama ima sasvim zdravih mjesta, koja naravsku boju imaju, a kod skrletine toga nema, tu je sve jedna crven.

Kad se osip razilazi po plećima, prsima, ledjima i trbuhu, onda biva groznica jača. Često puta se dogodi, da večernja toplina dodje do 41—42° Celsija. Toplina u jutro gotovo uviek ponješto spadne. U mokraći nadje se već u to vrieme bjelanjka. Kad je bolest uz ovakove silne pojave 2, 3—4 dana potrajala i bolestnika kadkad dosadni svrab po koži izmučio, popusti groznica; vratobolja i težko gutanje prodje, osip sve bliedji biva i poslie 4, 6—8 dana od skrletine bolujući opet je zdrav.

Početkom druge nedjelje koža se ljušti, a to ili kao mekinje (posijetrice) ili kao krpica odpada. Za to vrieme, dok se bolestniku koža ljušti, on se jako znoji i mnogo mokri. Dok se sva koža podpuno oljušti, mogu 1, 2—3 nedjelje proći; kad se podpuno očisti, normalni se tečaj skrletini svršio. Ponajviše pako traje 5 ili 6 nedjelja, dok se je koža sasvim oljuštila.

Skrletina ne prodje svaki put tako lahko. Mnogo puta, kad epidemija vlada, zna tako nemila biti, da već poslie njekoliko dana, čim bolest izbuhne i smrt nastupi i to uz najljuća bolovanja, koja se opažaju i kod pošaline i kod upale moždjane opne, a ta su: nesvjestica, trzanja, buncanje i velika vrućina. To sve može da je još prije, nego što se osip pokaže. Na svu sreću takovi su slučajevi vrlo riedki, te se opažaju na početku koje veoma žestoke epidemije.

Velika opasnost prieti od skrletine bolujućem, što se užgalina u vratu prometne u difteriju, a ova ni malo nije manje žestoka od one, koja se sama od sebe pojavi.

Tko ima skrletinu, obično dobije i katar mokraćnih cievčica u bubrezima, a ovaj pretvara se mnogo puta u Brightovu bolest. Akutna Brightova bolest može se pojaviti i kod lahkih, kao i kod težkih slučajeva skrletine, zato će dobro učiniti, tko ma i lahku skrletinu ima, da po više nedjelja osobito dobro na se pazi.

Bolesti, koje skrletinu sliede, jesu gnojna užgalina ušiju sa svim njezinim posliedicama, onda užgalina pluća, dušnika, ošita i osrdačja.

Skrletina lieči se na više načina, a najviše po tom, kakvi su joj najžešći pojavi.

Ponajprije treba paziti, da se zdrava djeca od bolestne strogo odiele; da ne dodju 4—6 nedjelja jedno s drugim u doticaj, dok se naime koža sasvim dobro ne oljušti.

Ako je skrletina normalna, dovoljno je da bolestnik u postelji leži i neka se lahko pokrije; soba neka je 13—15° R. topla, a mora se svaki dan oprezno vjetriti.

Bolestnici neka se hrane mesnom i sluzavom juhom, mliekom i ponješto kuhanim voćem; kao napitak valja limunada i soda voda sa malinovim sokom. Posteljinu i rubeninu često mienjaj, isto tako će koristiti bolestniku, ako ima do 39° C. topline, da ga pereš samom hladnom vodom ili pomiešanom s octom. Kad ima 40° C. topline, treba ga kupati. Voda, u koju ćeš ga spustiti, neka je 26—28° R. topla; postepeno razhladi ju do 16—18° R. U ovoj kupelji mora bolestno diete 10, 15—20 minuta ostati. Spustiš li ga odmah u studenu vodu, to ga ne smiješ u njoj duže od 2—3 minute držati. Čim toplina opet do 40° C. dodje, moraš ga opet u kupelj metnuti.

Kao nutarnji liek proti skrletini pomaže kinin.

Difterija i Brightova bolest iza skrletine lieče se na način, opisan kod ovih bolesti. Tako se lieče po svom načinu i druge bolesti, koje bi se možebit sa skrletinom ili iza nje pojavile.

Ako bolest na bolje okrene i koža se počme ljuštiti, pripomaži toplim kupeljima.

Svaka 2—3 dana kupaj diete; pazi, da ti za sve ovo vrieme iz sobe ne izlazi. Mjeri mu redovito toplinu i daj liečniku mokraću, da ju pregleda.

Ako je poslie 4, 5—6 nedjelja mokraća i toplina normalna, onda si siguran, da je bolest sretno prošla i diete podpuno ozdravilo.

SLABOKRVNOST.

Kažemo, da je slabokrvan (malokrvan, anaemisch), tko mnogo manje u tielu krvi ima, nego što je biti mora. Slabokrvnosti može uzrok biti izravni gubitak krvi, koji nastaje iza kakove ozlede, operacije, radjanja, mjesečnog pranja, bljuvanja krvi, kašljanja s krvlju, šuljeva i tečenjem krvi iz nosa.

Nadalje može uzrok biti znatan gubitak sokova i najposlie nedovoljna i neprikladna hrana.

Koža slabokrvnih je ugasito-žuta ili blieda; kad ju opipaš hladna je i uvehla. Takovog bolestnika svaki čas jeza prolazi, glava ga boli,

u ušima šumi, pred očima mu svašta trepti, srce mu silno lupa. Fizični posao dotežća mu, dapače nemoguće mu je, da se s njime bavi.

U najgorim slučajevima slabokrvnosti pojavi se štucanje i nesvjestica. Lice mu biva pepeljavo, pomodri, nos se zašilji, cielo tielo mu je hladno kao led.

Slabokrvnost, koja sliedi iza svake težke bolesti, kad se je za vrieme one bolesti tielo malo hranilo ili pri kojoj i ne može da se kaže, da je u tielo kakova hrana došla, lieči se kao i bliedobolja, s kojom je slabokrvnost vrlo slična.

I ovdje možemo željezo glavnim liekom smatrati. Nu iznenada nastupivša slabokrvnost presporo bi željezom liečili, zato se u tom slučaju upotrebljuju liekovi, koji odmah djeluju i onemogli organizam oživljuju.

Ako krv još teče, treba ju što prije ustaviti. Bolestnika treba tako položiti, da mu glava nizko leži, time ćemo predusresti nesvjestici, koja bi nas radi silnog gubitka krvi u mozgu iznenaditi mogla. Da se opet životna sila uzbudi, daje se bolestniku vina, rakije, cognaca, araka ili ruma. Čelo i sliepočnice taru se octom i mirisavim vodicama, a cielo tielo zaviti ćemo u tople pokrivače. Noge treba grijati grijaljkom ili vrućom opekom.

Kad su najpogibeljniji trenutci prošli, daje se bolestniku krepka juha i dobro staro vino.

Na želudac treba dobro paziti; jer kod onih, koji su slabokrvi, nije želudac u stanju, da na jedanput veću porciju jestvina probavi. Za bolju probavu daju se gorki liekovi, koji želudačnu probavu podražuju.

Za slabokrvne valjaju kupelji: Franzensbad, Szliács, Buziás, Južine i mnogi drugi željezni izvori.

U novije vrieme pojavila se jedna vrst slabokrvnosti, kojoj se ne može ući u trag, da joj je uzrok koji bolestni ustroj ili koja prediduća bolest; ovakovu slabokrvnost nazvali su »zatorna malokrvnost« (anaemia perniciosa). Bolestnici ove vrsti slabokrvnosti malo po malo oslabe sve to više, dok smrću ne svrše.

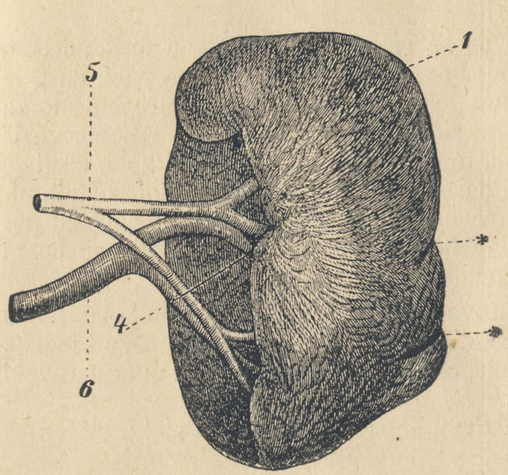
Ovakovoj slabokrvnosti u najviše slučajeva nema lieka.

SLEZENA.

Kadkad čovjek od kakove bolesti boluje, pa mu uz to i slezena (Milz) oteče; čim od bolesti ozdravi i slezena splasne, te dobije svoj prvašnji oblik. Nu može se dogoditi, da otok i trajno ostane, ali dotični od tog nikakovih neprijatnosti ne osjeća, izuzam, ako slezena natiskuje druge susjedne ustroje u trbušnoj utlini.

Bolesti, uz koje slezena oteče, jesu obično ove: prosta groznica, bliedokrvlje (Leukämie), pošalina, razni osipi, koji su s groznicom skopčani, babinja groznica, otrovana krv itd.

Kad slezena uz ove bolesti oteče, a to naš narod zove »dalak«, lieči se chininom i to s vrlo dobrim uspjehom. Kod druge vrsti otečene slezene, kojoj je uzrok bolest na jetrima, chinin ili slabo ili ništa ne pomaže. Druge se bolesti riedko kada na slezeni opažaju.



Sl. 108. — Slezena. — 1. prednji rub. — 4. slezenično vratlo. — 5. žila kucavica. — 6. ž. krvica. — * * zarovljena mjesta.

SMRZNUĆE.

Jaka studen steže površinu kože, krv se iz žila pod njom u nutarnje česti povlači; koža onda izgleda blieda, jer krv do njezine površine ne dopire. Ako studen ovako duže vremena na kožu djeluje, stezanje žila sasvim popusti, pa kako su s početka, kad je studen na njih navalila, bile stegnute, tako se sad razšire, ostanu trajno razširene. One se sad naliju i preliju s krvlju, koža je modrocrvena i modra. Malo po malo tvore se mjehurići, no u ovim nema bistre, vodene tekućine, kao kad se tko ofuri ili opeče, već su mutni te su krvne boje. U tom stanju riedko se takove česti tiela opet u svoje naravsko zdravo stanje povrate, obično se sa ovakovom užgalinom od zdravoga tiela odciepe t. j. one odpadnu. Ovakovo smrznuće opažamo na onim čestima našega tiela, koje su najviše jakoj zimi izvržene bile, na pr. na nosu, na rubovima ušiju, na nogama i rukama. Ako je cielo tielo jakoj zimi izloženo bilo, onda se ukoči, čovjek se onesviesti, san ga hvata, bilo mu je sasvim slabo, bijenje srdca jedva čuješ a disanje je tako polagano, da ga gotovo ni ne osjećaš. Malo po malo srdce prestaje sasvim kucati, čovjek obamre. U ovakovom stanju, ako dugo potraje, može smrznuti i umrieti. Sve tekućine u tielu smrznu se. Pojedina uda ukočena su, te su krhka kao staklo, pa se lahko slomiti i odlomiti mogu. Smrznuće može više sati, dapače i više dana potrajati, pa opet se može čovjek životu povratiti, dakako da mu treba vieštačke pomoći.

Zato moramo iz svih sila nastojati, da ga opet životu povratimo. Prestati ćemo tek onda s takovim poslom, kad vidimo, da su se na njem pojavila obilježja smrti.

Kako ćeš se čuvati, da se ne smrzneš? Ako treba da zimi duži put prevališ, to ne idi na put bez toplih haljina, osobito pazi, da ti je obuća naredna i topla. Ponesi sobom kakovo žestoko piće i nješto za jesti. Čuvaj se, da ne ideš za jedan dan odviše daleko. Ako se voziš na kolima, sadji češće s njih, te žurnom nogom podji uz kola, da ti se uda ne ukoče. Ako opaziš, da si umoran, ostani na kojoj postaji, nipošto pako da ne počivaš na putu, jer to bi te znalo u najveću napast navesti. Počivajući navalio bi san na te, od kojega se ne bi mogao više otresti, a kud takav san vodi, čuli smo.

Ako si na cilju tvoga putovanja, ne idi odmah u toplu sobu, jer bi se one česti tiela, koje su jakoj zimi izložene bile, lahko užgati mogle. Protari se najprije dobro sniegom, dok ti ne bude koža opet naravski crvena, a uda dobro gibka.

Nu i sad, kad unidješ u toplu sobu, odmakni se daleko od vruće peći.

Sa smrznutim postupaj ovako. Položi ga u hladnu sobu na postelju, te ga trljaj, ako je potrebno i više sati. Da se disanje opet povrati, upotrebi sredstva, kojima se disanje pobudjuje. Metni mu pod nos amonijaka, daj mu klištir s hladnom vodom; pa ako to sve ne hasni, pobudi mu **vještačko disanje** (vidi ovo).

Kad smrznuti počima malo disati, odnesi ga u sobu, koja je samo slabo ugrijana, te mu daj da pije jake kave ili čaja ili što drugo toplo.

Ako bi gdje boli osjećao, metni mu ondje hladne obloge. Ostaje li koje udo hladno i ukočeno, dakle sasvim smrznuto, odredit će liečnik, ima li se odrezati ili ne.

Sa smrznutimi treba vrlo oprezno postupati, treba ih što nježnije dignuti, nositi ili voziti, jer im je ukočeno tielo vrlo krhko, pa bi se lahko koje udo prelomiti moglo.

Kao što se postupa sa cielim tielom, tako se postupa i sa pojedinim dielovima, koji se smrznu. Ponajprije treba paziti, da se naglo ne ugriju, onda ih treba neprestance trljati sniegom ili mokrim krpama. Valja paziti, da se ne pritiskuju jako i da se koža ne povredi, jer se inače prave ozlede, koje trebaju duže vremena, dok se zarastu. Kasnije se pokriju takovi dielovi čistim platnom ili zavojem.

SOL GORKA.

Gorka sol (sumporo kisela magnezija, Bittersalz) je sol, koja na stolicu goni. Ona ne prima se organa probave, ne škodi im dakle, te se radi toga dulje vremena bez štete uzimati može.

Zarad sebe ćeš ići, ako uzmeš 25—50 grama ove soli u $^1/_8$ litre mlake vode, a tomu po prilici 10 grama razredjene sumporne kiseline dodadeš. Uzmi 1—2 velike žlice (kojom se juha jede) jutrom i na večer i stolicu ćeš imati bez ikakovih boli.

Bolje nego gorka sol uzimaju se gorke mineralne vode, u kojima ima mnogo raztopljene gorke soli, kao što je budimska voda, Friedrichshall, Saidschitz, Sedlitz, Pülna (ove tri zadnje su u Českoj i Ivanda u Banatu.

Gorka sol i navedene mineralne vode najbolje pomažu, da tko zarad sebe redovito ide, kad je zapečen od zločeste navike. Mnogo ih ima, koji ne paze na svoju tjelesnu nuždu ili su svojim poslom zapriečeni, da ne mogu ići zarad sebe, kad im nužda dodje; nečist onda duže u crievu stoji te se tamo i zapeče. Malo po malo narav se priuči, da se redovito ne izprazni. Na mjesto da se ide na veliki dvor svaki dan, prodju dva, tri, a kadkad i više dana. Od zaostale i zapečene nečisti u crievu naprave se tvrde kvržice, grudice, koje su obticanju krvi upravo škodljive; vrlo su nepriličnе po debelo crievo, a i po cielom trbuhu nije radi toga obticanje krvi kako treba.

Za ovu napast upravo čudno pomaže gorka sol. Tko trpi od zapora, neka pije iz početka svaki dan, poslie svaki drugi ili treći dan po jednu čašu gorke vode na tašte, stolica će mu se popraviti, početi će redovito zarad sebe ići, te će se onda ukloniti i neprilike, koje su zaporom skopčane.

SOL KUHINJSKA.

Sol obično rabimo za začin jestvinama, da tečnije budu i da meso od gnijenja sačuvamo; ona uz to mast i bjelančevinu raztvara i tako ih sgodnima pravi, da ih organi probave lahko upiju i da tielu za hranu prikladni budu.

Soli ostaju tjelesne tekućine, kao što je krv i mezga u nuždnoj židkosti. Osim usluge, koju sol u kućanstvu tjelesnog organizma čini, ona služi i za liečenje.

Za liečenje upotrebljuju se slani izvori t. j. izvori ili voda, u kojoj ima mnogo raztopljene soli i to ima toplih i studenih izvora.

Tako se upotrebljuju topli solni i slani izvori Wiesbadena, koji imaju toplinu od 38—57° za kupanje, kad tko strada od živčanih bolesti, od uloga, od guka, koje su posliedice uloga, kad žliezde oteku, za kožni osutak itd.

Kao nutarnji liek pije se voda iz ovih toplih izvora isto tako kao i ona hladnih. Hladni izvori piju se naročito kod bolesti probave, te za bolesti jetara i slezene; takovih izvora ima u Pyrmontu, Homburgu na visini, u Karlsbadu, a amo spada i glasoviti Kissingen.

Kad komu krv navali na usta iz pluća ili iz želudca, daje se dobrim uspjehom 2—3 kašičice sitno stučene kuhinjske soli. Bolesniku se od soli smuči, ali mu za to brzo stane krvotok. I kao liek za bljuvanje i kad se tko otruje paklenim kamenom, nadalje da se progutane pijavice usmrte, uzima se sol ili kao prašak ili raztopljena.

I običnoj kupelji dodaje se kadkad kuhinjska sol.

SPLAKANJE.

Splakanje (irigacija) kažemo higieničko pranje i splakanje rana vodom. Za ovakovo čišćenje treba osobita sprava, tako zvani irigator. Čest tiela, koja se ima splakati, položi se u posudu, na kojoj ima ciev za izpuštanje vode. Nad bolestnikom objesi se u dovoljnoj visini irigator, te se pušta da voda neprestano na ranu curi. Rana treba da je platnom pokrita. Ovakovo mokro studeno splakanje osobito valja, kad si tko prignječi nogu ili ruku.



Sl. 109. — Irigator.

Isto takova sprava upotrebljuje se za splakanje i uštrcavanje šupljina ili kanala u čovječjem tielu, do kojih se lahko doći može, kao što su: mokraćni mjehur, rodnica, crieva, nos, ždrielo itd.

Irigatorom sgodnije se splaka nego ijednom dosadašnjom štrcaljkom, jer voda uviek jednako bije i splaka.

SPRAVA ZA UDISANJE.

Kod raznih bolesti vrata i dušnika, kao što kod katara dušnika, krupa i difterije mjesto da se bolestna mjesta posipavaju ili mažu liekom; bolestnik liekove udiše. U tu svrhu služi sprava za udisanje (Inhalationsapparat), od ovih sprava opet najčešće se rabi tako zvani Siegelov inhalacioni aparat (vidi sl. 110.).

Ovim aparatom služit ćeš se ovako: u kotlić od kovine nalij jednu trećinu, najviše do polovice vode (bolje je prekapana voda), onda postavi staklenku na mali tanjurić, koji je izvan kotlića smješten na oklopu. Zatvori kotlić te ga turi opet unutra u spravu tako, da mala ciev nalazeća se na parnoj cievi utone u lončić. Onda napuni lampicu špiritom, upali je te ju metni pod kotao u oklop.

Poslie njekoliko minuta uzavrije voda, te izlazi para iz pravokutno savijene staklene cievi. Sad napuni stakleni lončić onim liekom, to je obično tekućina, koju ćeš udisati. Ovu možeš i ugrijati. Za malo izhlapljujuća se para promieni zvuk te podvostručenim zviždom javlja ti, da je doba za udisanje.

Bolestnik sjedi tako, da mu je lice u istoj visini sa parnom cievi; od aparata treba da bude 1—2 stope udaljen, nagne glavu nješto natrag, otvori usta što bolje može, te lagano u pravilnom razdobju udišu paru. Ako ova ne bi dobro izlazila, pomoći će, ako prstom ili finim kistom predješ preko onog mjesta, gdje je ciev u kut savijena te odkuda para izlazi.



Sl. 110. — Siegelov inhalacioni aparat.

Ako bi se ciev začepila, ne smije se podnipošto po njoj rovati iglom. Da se začepi i para da iz nje ne izlazi, događja se samo onda, ako nije liek koji se ima udisati, dobro proriedjen. Dovoljno je, da konjsku strunu ili svinjsku dlaku od ozdol kroz ciev proturiš, pa će ono, što je ciev začepilo, izpasti.

Kod sprava za udisanje, koje imaju oduška, može plamen vrlo jak biti, jer će oduška izpustiti suvišnu paru; nu pri tom pazi, da plamen ne bude jako velik, dok ne počme ciev paru izpuštati ili brizgati. Odušku treba tako namjestiti, da bude upravna i da stoji uviek slobodna na staklenoj cievi.

Kad se svrši udisanje izvadi lončić sa ljekarijom, izprazni ga, očisti te napuni sa prokapanom vodom i opet na svoje prvašnje mjesto postavi, a to za to, da se aparat, koji treba da još koji čas radi, samo dobro pročisti.

Kad djeca imaju kakovu bolest u vratu, ta je sprava od velike koristi. Postavi ju na visoko mjesto pred postelju maloga bolestnika; ljekovita para strujati će po tvojoj volji i dan i noć nad njegovim licem.

SRDCE USALOVLJENO.

Kad se srdce usalovi (Fettherz), onda se salo kupi na vanjskoj strani srdca, t. j. salo se slegne po površini srdca ili se izpremieša sa mišicama samoga srdca.

Prva vrst usalovljenja opaža se kod onih, koji su u obće tusti, debeli (vidi »pretilost«). Druga vrst u savezu je sa propadanjem životne sile, kad čovjek ostari, kad strada od rak rane ili Brightove bolesti.

Prva vrst usalovljenja istina otežća srdcu njegov obični rad t. j. bijenje srdca; ali se izliečiti dade i to kad liečimo pretilost. Od druge vrsti usalovljenja oslabi srdce. Srdčane komore razšire se, srdce slabosti radi nije u stanju, da onaj silni pritok krvi iz sebe iztisne.

Kadkad pukne ovako usalovljeno srdce i smrt naprečac nastupi.

Ako želimo liečiti usalovljeno srdce prve vrsti, to nam je liečenje isto tako, kao i kod pretilosti; nu kod usalovljenja, gdje su mišice salom izpremiešane, liečenje je sasvim drugčije. Treba tuj oprezno kloniti se svega, što potiče na veći rad srdca, jer takovo srdce već nije u stanju da zadovolji ni svojoj običnoj dužnosti. Duševni i tielesni mir od prieke je potrebe.

Svaku vrst liečenja kod usalovljenog srdca opredieliti i nadzirati će sam liečnik.

SRDOBOLJA.

Srdobolja (grižu, krvogriz, Ruhr, Dysenterie) mogao bi čovjek nazvati difterijom debeloga crieva, jer isto tako, kao što se kod difterije u vratu razboli opna sluznica u ždrielu, tako se kod srdobolje razboli opna sluznica u debelom crievu. U toj bolesti po stienkama debelog crieva nasjedne njeka sivo-biela taložina, a ako toga u većem stepenu ima, ovaj oblog izgleda trul, crn, kao nješto gnjilo razpada i odkida se, te od stienke crieva kao krpe odpada. Dokazano je, da je ovoj bolesti uzrok njeka klica, koja uz povoljne okolnosti — vrućinu i mjestnu vlagu — svoje zatorno djelovanje širi.

Kada se ta bolest kod koga pojavi, onda bolestnik sa svojim izmetinama može zaraziti i druge ljude te povod biti, da se bolest sve više i više širi. Ne samo izmetine, već i sve ono, što se s njima zamaže na pr. posuda za nuždu, posteljina, odielo, rublje, koje na sebi nosi, klištir itd., mogu raznieti kuživo.

U mjestu, u kojem ima klica od srdobolje, lahko se ova bolest hvata onoga, tko se prehladi, poslom izmuči, nezrelo voće jede itd. Ove prilike istina idu u prilog srdobolji, ali same po sebi nisu povod bolesti, ako ne utiču prije rečene okolnosti, naime vrućina i vlaga.

Da srdobolja svoju moć takovim prilikama zahvaliti ima, dokazom je, što su mnoga mjesta za srdobolju endemična, dok će se u mnogim mjestima pojaviti srdobolja tek onda, ako se rečene prilike »vrućina i vlaga« u osobito velikom stepenu nadju.

Srdobolja se javlja obično ovako:

Bolestnik je njekoliko dana nerazpoložen, probava mu nije u redu, apetita nikako nema, dobije slabu groznicu, uz to je jako žedan i ima ponješto grižu, goni ga češće na dvor, boli ga pomalo, kad ide zarad sebe. Gdjekada počme bolest iznenada sa lijavicom. Malo po malo

boli sve to jače bivaju, uz to ga jako muči natezavica (Stuhlzwang). Akoprem ga neprestano sili i boli da ide na dvor, ipak ide od njega sasvim malo nečisti; ove izmetine već nisu slične normalnima, nego su sive, sluzave, izgledaju krvave, a poslie su i čista krv. U svim vodeničavim izmetinama nadje se još uviek po koja grudica sgusnutog blata. Ako sitnozorom razgledaš, vidit ćeš mnogo bjelančevine u njima. Bolestnici jako oslabe, a to zato, jer sa lijavicom izgube mnogo bjelančevine.

Ako će bolest po zlu proći, bolestnik oslabi, da ne može gore. Od slabosti izgubi sviest, te napokon umre od obće kljenuti, koja vrlo brzo nastupi.

Ako će bolestnik ozdraviti, boli popuštaju, redje ide zarad sebe, izmetine nisu više krvave ni sluzave, opet i po obliku i po vonju naliče normalnom blatu. I u tom slučaju prodje nekoliko nedjelja, dok bolestnik pravo ozdravi.

Kadkad ozdravi, ali crievo često naginje opet na bolest. Proliev i zapor redaju se izmjenice. A može u ono vrieme, kad je bolestnik srdobolju imao, da je na opni sluznici nastalo kakvo gnojenje, pa sad ona mjesta srastu i prave se tamo zarastice. Od ovih biva crievo uže, bolestnik odtud dobije zapor, pa tako može srdobolja, koju bolestnik na očigled sretno prebolio, postati izvorom tegobe, koje se po više godina ne će moći otresti.

U mnogim slučajevima izmetine odmah iz početka, čim se srdobolja pojavi, smrde po strvini i bolestnici vanredno brzo propadaju; pojavi se svakovrstno krvljenje i smrt pokosi žetvu za kratko vrieme. Ovo je truležna srdobolja. Ova se pojavlja uz najneprijatnije higienske prilike na pr. za vrieme obsade, u vojsci samoj ili u obsjednutim mjestima itd.

Glavno nastojanje oko srdobolje sastoji se ponajprije u tom, da se preprieči daljnje širenje. Jer su izmetine i sve, što je s ovima u doticaju glavni povod, da se dalje širi, zato se mora strogo na ovo paziti: u nuždnik u kojem ima izmetina od srdobolje bolujućeg, ne smije zdravi da zalazi. Izmetine srdobolnog moraju se sasuti u jamu, u koju neka se uliju razkužila, karbolna kiselina, solično vapno, zelena galica itd. Posude, koje bolestnik za što mu drago upotrebljuje, moraju se očistiti i valjano razkužiti, te ih ne smije nitko zajedno s njime upotrebljavati.

Osim toga svatko će dobro učiniti, kad u vrieme, kad srdobolja vlada, na se bolje pazi i način života tako udesi, da što manje toj bolesti u prilog ide.

Čim tko dobije srdobolju, neka odmah liečnika pozove. Za te bolesti daju se driemkove ljekarije, da boli preminu i dvor prestane. Kadkad će trebat na početku bolesti, da se dade kakov liek za dvor, a to se čini, kad je bolestnik zapečen te ide ugrudana nečist od njega.

Takve grude vrlo nadraže opnu sluznicu, zato se moraju što prije iz crieva ukloniti. Topli oblozi od kakove kaše, skoro svaki put su bolestniku od velike koristi. Tko dobije srdobolju neka leži u postelji i neka jede samo tečnu hranu; neka mu naprave kakovu sluzavu čorbu ili neka pije mesnu juhu. Ako je slab, daj mu kadkad čašicu starog vina ili konjaka.

Narod se lieči od srdobolje ovako: popırže hljeb, te ga poliju kuhanim crnim vinom, a s ovim ujedno kuhaju nješto karanfila i cimeta.

U težkim slučajevima srdobolje nema pomoći ni od kakvog lieka.

STAN.

Što je odielo za pojedinca, to je stan za družinu sastojeću se od više osoba, pa bile one jedna s drugom u rodstvu ili živile one u zajedničkom stanu, jer im to družtvene okolnosti ili zajednički cilj zahtievaju na pr. tvornice, zavodi, uredi, vojarne itd.

U užem smislu razumije se pod imenom »stan« prebivalište pojedine obitelji.

Kako dakle treba da su ljudski stanovi udešeni?

Glavni faktor izmjene tvari, dakle života, jesu probava i disanje. Ovo zavisi sasvim od upliva onih prostorija, u kojima čovjek stanuje, veći dio dana provede; stanovi imaju se smatrati kao zračni rezervoari. Glavna je svrha naših stanova, da zrak u njima ima takovih sastojina, koje će prijatno na naš tjelesni ustroj djelovati.

Kao što kultura kod odiela, tako treba, da i kod naših stanova za tim ide, da nam ovi budu od koristi, da budu naredni i ujedno, da su za one, koji u njima stanuju, prijatni.

Ponajprije treba da je zrak u stanu čist i zdrav. Ovaj se može pokvariti i nečist biti, ako se pod stanom ili oko stana štogod raztvara ili gnjije: zanatom, pri kojem se razvijaju štokakvi plinovi ili se prah uzvitla, koji zrak, štono ga udišemo, onim čestima zagadi, najposlie zrak će se pokvariti našim vlastitim izdihavanjem i izparivanjem.

Najčešće i najviše se kvari zrak i puni štokakvim škodljivim česticama na prvi način. Vlažna podloga mjesta, na kom je stan sagrađen, od velikog je zamašaja po zdravlje u njem stanujućih. Od vlažne podloge bivaju stiene vlažne, ove s toga ne propuštaju zrak ili ako ga propuste, ne onako, kako treba; u takvom stanu nije moguće, da se zrak dovoljno zanavlja.

Kad se naglo voda oko stana upija, brzo počmu gnjiti i truniti na najgornjem sloju zemlje nalazeće se biljevne čestice i druge štokakve tvari. Vlažna podloga i naglo upijanje vode, pomažu sunčanim zrakama, da se brže proizvede gnjijenje i raztvaranje, pri čem se opet

razvijaju klice, koje u naše stanove prodru, te koje tad sa zrakom udišemo, pa odtud, kao što je izkustvo dokazalo, nastanu težke bolesti, kao pošalina, prosta groznica itd.

Dakle je prvi, za zdravlje čovječje neobhodno nuždni uvjet, da je stanu podloga i temelj suh.

Nadalje treba paziti na čistoću zahoda, jer u njima bivaju raztvaranja, koja smiješavši se sa zrakom, dodju u naše stanove, te mogu takodjer uzrokom bolesti biti. Pošto se nuždnici ne čiste, kad je pojedincu volja, to treba barem nastojati, da u nuždniku ima velik prozor, koji u prosti zrak vodi ili da je bar udaljen od ljudskoga stana. Taj prozor neka je uviek otvoren, da se smrad, koji se u zahodu razvija, odmah u zraku izgubi t. j. izvjetri; vrata od nuždnika neka budu uviek čvrsto zatvorena.

U štalama, klaonicama, mesarnicama, kožuharnicama itd. takodjer biva gnjijenje i raztvaranje, zato se kloni stana u takovom susjedstvu.

Isto tako izbjegavaj tvornice, radionice, pecare itd., u kojima se plinovi razvijaju ili prah uzvitla, koj se poslie sa zrakom smješa i u bližnje stanove prodre.

Ljudi, koji su prinuždeni, da se dugo bave u takovim prostorima, moraju brižljivo nastojati, da se zrak oko njih često zanavlja, t. j. da se izkvareni zrak čistim izmieni; osim toga moraju se na osobit način čuvati, da se sa otrovnim sastojinama onoga zraka ne otruju.

Proti tomu, što u našemu stanu naše vlastito izdihavanje i izparivanje zrak kvari, pomaže samo valjano provjetrivanje; ovo se tim lakše izvesti može, čim je manja obitelj, a veći stan.

Komu prilike dopuštaju, da ima stan sa više soba, taj treba da se tako razporedi, da se izmjenice sad jedna sad druga soba vjetri; spavaonica preko dana, a druge sobe jutrom.

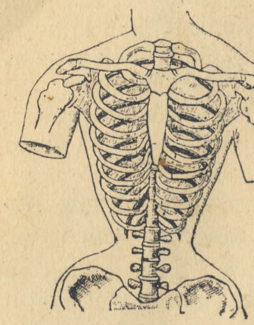
Siromacima je teže, da oko sebe uviek čist zrak imaju, jer njima služi jedna te ista soba za spavaonicu, za radionicu, blagovalište a mnogo puta i za kuhinju. U takvom stanu još je mnogo nuždnije, da je prozor otvoren. Ako nije moguće, da se svi stanovnici tako tiesnog stana na njekoliko sati udalje, te da se za to vrieme prozori i vrata širom otvore, da se tako soba valjano provjetri, onda mora barem jedno krilo prozora uviek otvoreno biti.

Studen, koja će na otvoreni prozor navaliti, — razumieva se da se tuj o zimi govori, jer ljeti su svakako svi prozori otvoreni, — neće nikada toliko škoditi, koliko hasni čist zrak, što neprestance u sobu ulazi.

Čistoća stana i čistoća u stanu živućih osoba, jesu veoma snažno sredstvo, da se zrak u stanu čist drži, to sredstvo i najsiromašniji uviek pri ruci ima, neka se dakle s njime na svoje dobro služi.

STEZNIK.

Steznik (stezač, Mieder) je po zdravlje veoma štetan. On je zaprieka urednom disanju i valjanoj probavi; nadalje prieči slobodno obticanje krvi, odtud često puta bliedoća. Tko se steznikom steže, pluća mu se ne mogu razširiti, niti mu se utroba može kretati, a to joj je nuždno, kad jelo prokuhava; odtuda razne bolesti.



Sl. 111. — Kostur ženske, koja se steže.

Od jakog stezanja s vremenom izadju crieva iz svog naravskog položaja, a dodje gdjekad i dotle, da se nutarnji pojedini dielovi nakaze i kosti svoj prirodni oblik izgube (sl. 111.).

Tankomu struku za volju, — radi čega steznik nose, — neka nijedna ženska lahkoumno svoje zdravlje ne gubi.

Nedavno izdao je ruski ministar nastave Bogojazov naredbu, da se ima djevojkama, koje polaze škole, zabraniti nošenje steznika, »pošto je ovaj zdravlju i tjelesnom razvitku škodljiv«.

U najnovije doba objelodanio je prof. B. Gerson svoja višegodišnja opažanja o nošenju steznika. Prof. Gerson veli, da steznik prouzrokuje nepravilno disanje, uslied česa u pluća ne dolazi dovoljno zraka. Radi nedovoljne izmjene plinova postaju i sastavine krvi nepodpune, pa odtuda dolazi onda ona sveobća malokrvnost i bliedoća sa svojim posliedicama. Pošto pak svi dielovi tiela dobivaju svoju hranu od krvi, to ovi oskudievaju na dovoljnoj hrani, ako čovjek nema dosta krvi. Ovo djeluje osobito na moždjane, te dotična djevojka često ćuti živčanu glavobolju, biva troma, rek bi omamljena i osjeća čuvstvo nepovolje.

To se osobito opaža u moždjanima uslied nervozne glavobolje, težine i tromosti, melankolije i sjete. Uz to od steznika trpi i srce, želudac i jetra. Prof. G. odlučno tvrdi, da se pokusima uvjerio, kako većina bolesti ženske mladeži proizlazi od uporabe steznika.

G. upravlja na sve nastavne oblasti, učiteljice i pučka družtva za naobrazbu poziv, da upozoruju na pogibelji, što nastaju od nošenja steznika, te po mogućnosti dokinu uporabu njegovu. Isti učenjak očituje, da steznik omogućuje samo površno disanje, s toga zrak ne dopire u sve kutove plućiju.

SUGESTIJA.

Sugerirati znači njekomu nješto kazati i dokazati, na njega tako djelovati, da sliepo sluša i čini, a da ništa ne misli ili da se ne opire

onomu, koji mu nalaže, što da čini; tako obično sa sugestivnim pitanjima biva.

Mnogi od ovakovih pojava, koji se na prvi mah nepojmivima čine, te koji se vide, da su u opreci s naravoslovnim nazorom, ako ih bolje promotrimo i dublje o njima razmišljamo, dolaze u najbolje suglasje s onim, što smo za najveću opreku naravskih nazora držali.

Možebit, kad bi se čovjek trudio te duboko u tajne zadubio, da bi našao jednostavno riešenje toj čudnoj i zamršenoj zagonetci. Isto tako je do sada nepojmivo, kao i zašto njekoji liekovi, kada se iz daljega pružaju prema kakovoj osobi, na nju onako djeluju, kako je glavno svojstvo tih liekova.

Te liekarije drže se u dobro začepitim i pokritim flašicama u blizini osobe, koja se hipnotizira; za ove liekove ne treba ni ta osoba ni hypnotizer da zna.

Flašicu drži po prilici 5—10 centim. daleko od zatiljka one hipnotizirane osobe, odmah će liek svoju silu pokazati. Na pr. od Apomorfina mora povraćati, od Alkohola ljuljǔška se i veselo pjeva, od Atropina zjenica se razširi, od Jaborandi znoji se, od Thimiana pokazuju se obilježja Basedove bolesti itd.

SUNČARICA.

Sunčarica (Sonnenstich) zove se bolest, koja dolazi od sunčanih zraka, kad za velike vrućine ili omare upeku ili udare u glavu ili u ledja.

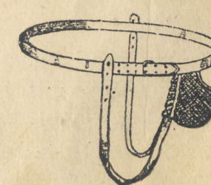
Čovjek, kojega je sunce udarilo, iznenada iznemogne, glava ga zaboli, hvata ga nesvjestica i grčevi, dobije užgalinu moždanih opna i samoga mozga. Obično poslie toga i groznica dodje.

Od ove muke sačuvat ćeš se, ako glavu pokriješ, da sunčane zrake u nju ne udare.

Komu je sunce naškodilo, treba ga klištiriti polovicom sapunice i polovicom octa; na glavu metni mu neprestano hladne obloge.

Ako buncanje i nesvjestica nikako neće da prodje, metni mu na zatiljak kupice ili za uho 2—4 pijavice.

SUSPENSORIJ.



Sl. 112. — Suspenzorij.

Sve bolesti, od kojih boluje mužko udo, mokraćna ciev i mokraćni mjehur, te koje bolesti bi se i na mošnjicu protegnuti mogle, ako bolestnik u postelji mirno ne leži, zahtievaju, da se nosi suspensorij (mošnjonoša) i to zato, da se mošnjica čuva od natiska i raztezanja i da joj se time vlastita težina umanji.

Suspensorij sastoji se od kesice u koju se smjesti mošnjica; sprieda ima otvor za mužko udo; opaše se oko pasa, a time se mošnjica u vis digne.

Od stražnje strane kesice ide na desno i lievo remen, koji se oko bedara opaše i on takodjer služi, da se mošnjica kriepi i podupire (slika 112.).

SUŠICA.

Kada je koja bolest skopčana sa velikim gubitkom onih sokova i tvari, koje su od prieke potrebe za obstanak i uzdržavanje tiela, kao što to na pr. biva kod bolestnika, koji dugo mnogo krvi gubi; kad ga spopadne dugotrajni neizliečivi kašalj; kad ima rana, iz kojih gnjoj teče, a izliečiti se ne mogu; ili kad ima proliev, koji se ustaviti neda, onda sve više i više snaga propada, mesa i masti nestaje, koža bude mlohava, požuti i vehne. Takovo stanje, koje je predteča smrti, nazivamo sušicom (Abzehrung). Sušica nije posebna bolest, nego posliedica raznih bolesti, koja se pojavljuje, kako smo vidili, uz rečene prilike.

Pod imenom sušica, razumijemo cieli niz bolesti, koje su na očigled vrlo nejednaka oblika, te već od početka svog spadaju medju kronične t. j. dugotrajne bolesti. Da ove na očigled različite bolesti imaju jedan te isti uzrok, da su dakle jedne te iste naravi, dokazao je dr. Koch time, što je u svim tim bolestima koje se računaju u tuberkulozu našao jednu te istu klicu »tuberkul bacile« (sl. 24.).

Ovaj se bacil može dugo i izvan tiela živ uzdržati i za dalnje kuženje sposoban ostati.

Kad bacil tuberkuloze dospije u tielo, onda proizvadja u njem nieke sitne kvržice i nieko osobito zapalenje ili užgalinu. Ove kvržice i ova užgalina pretvaraju se s vremenom u bielu, suhu, sitnu, siru sličnu masu, uz koje se razvija i gnojenje; odtuda dolazi, da dielovi, koji su obolieli, bivaju ranjavi, gnjiju, razpadaju se te konačno i propadnu.

Na te rane i ugrizline (tako rekuć, kao na otvorena mjesta) ulaze i druge klice bolesti i time biva slika ove bolesti raznovrstna i promienljiva.

Često prati tuberkulozu potajna groznica. Obično pred večer dobiva bolestnik vatruštinu; noću ga poslie toga napade obilan znoj, od kojega jako slabi. Kadkad već vrlo rano možeš i na licu opaziti, da tko od ove bolesti strada. Tielo mu je slabo, koža suha i blieda, a jagodice osule se jakim rumenilom, osobito možeš ovo opaziti, kad je bolestnik silno uzrujan ili ga je što iznenadilo.

SUŠICA PLUĆNA.

Najznatniji neprijatelj čovječanstva jest sušica (jektika, suhobolja, suha bolest, plućna tuberkuloza). Ova bolest nadkrilila je sve druge pošasti pogledom na broj svojih žrtava!

Zdravi neka se dobro čuva pobližeg obćenja sa suhobolnim, jer ako i jest gdje tko imun t. j. da ga se sušica ne prima, to će ipak dobro činiti, ako na svoje zdravlje dobro pazi. Osobito treba da se čuvaju oni, koji su toj bolesti skloni, a ovakovima smatraju se djeca sušičavih roditelja. Ne treba misliti, da je sušica nasliedna ili urodjena bolest, te zato je moraju i djeca dobiti; tomu nije tako. Djeca sušičavih roditelja samo su po svom tjelesnom organizmu više izvržena, da ih se klice (bacili) sušice lakše primaju, jer u njihovom slabašnom tielu nalaze shodno tlo za bujni razvitak. Tako se može uslied nepogode vremena kod niekoje osobe pojaviti sasvim lahki katar dušnika, dočim od ove iste nepogode kod drugoga, koji već od poroda naginje na sušicu t. j. koji je od sušičavih roditelja, pojavi se od katara dušnika upala pluća, a od ove počima se sušica razvijati.

Sušici u velike u prilog ide nedovoljna i za hranu tiela nesposobna izhrana, zato vidimo da sirotinja više od sušice strada, nego bolje živući.

Sušicu podpomaže stanovanje u prostorijama, koje se slabo vjetre ili u kojima zanavljanje zraka ne biva, kako bi trebalo, isto ju tako unapredjuje prebivanje u vlažnim sobama i u takovima, u kojima mnogo svieta zajedno živi.

Sušici su podvržene i žene, koje prečesto radjaju, koje dugo diete doje, pa pri tom vrlo oslabe. Nju prati prevelika žalost i drugi fizični uticaji, a osobito onanija ili samoblud. Tko često ima katar dušnika, komu se mnogo puta opna sluznica podražuje prahom ili drugim stranim tielom, veoma je sušici izvržen. Od zanatlija najviše od nje stradaju klesari, mlinari, pekari i oni, koji staklo bruse; zatim radnici u tvornicama cigara itd.

Bolest je dugotrajna, ako počme sa čestim katarom dušnika. Koga će sušica napasti, iz početka brzo diše i često kašljuca sve su to samo pojavi katara, nu što dulje, to sve više omršavi, umoran je i nema volje na jelo. Pregleda li mu liečnik prsa i promotri li sitnozorom pljuvačku, odmah će već i na početku bolesti znati, da strada od sušice.

Već i prostim okom po pljuvački poznati možeš, tko od sušice strada, takova pljuvačka je sluzava, gnojna i krvlju izpremiešana. Groznica je takodjer važno obilježje sušice, akoprem ona u toj bolesti kadkad na niekoje vrieme sasvim izostati zna. Groznica sušičavih sasvim je drugačija od one u drugoj kojoj bolesti. Razlika

izmedju jutarnje i večernje topline bolestnikove vrlo je velika, kadkada opada na 1½°, no obično je za 1° manja. Jutrom je toplina gotovo normalna, večerom je 38°—39·9° C. Nadalje se sušičavi jako znoji; osobito prema jutru je sav mokar kao da se je kupao.

Svi ovi pojavi dugo vremena traju; kadkad bolestnik ćuti da je sasvim zdrav. Ovo zadnje može da trajno bude, ako izvana opet ne dodje kakav zlosretni upliv, te se netom na putu ozdravljenja nalazeća se pluća na novo ne razbole, te bolest i na druge zdrave česti predje. Pa to se obično i dogodi, jer su takova pluća za svaku bolest pristupna.

Kadkad sušica vrlo brzo napreduje, a bolest kadikad razori veću čest pluća, dà kadkada se u isti mah širi po cielim plućima.

Od sušice umire najviše ljudi izmedju 20—30 godine. U starosti riedko se pojavlja.

Može li se čovjek od sušice obraniti? Da, bolje nego od ikoje druge zarazne bolesti.

Diete sušičavih roditelja treba da se strogo od njih odieli, treba da živi i da se hrani, kako će mu tjelesni organizam ojačati i nepogodi vremena odoljeti moći.

Pošto je bacil sušice klica ove bolesti, treba svatko dobro da se čuva, da mu ovaj bacil u disala ne dospije, a od toga se svatko očuvati može

Evo kako. Ovaj bacil nikada ne škodi, niti može koga zaraziti, dok je vlažan. Istom kad se pljuvačka sušičavog izsuši i u prah pretvori, u stanju je, da čovjeku škodi. Prah bo, kao veoma lahko tielo, lebdi u zraku. Kad udišemo zrak, udišemo s njime i sve sićušne česti, koje se u njem nalaze. Dospije li dakle takav zrak, u kojem ima čestica od izsušene pljuvačke sušičavog u naša pluća, zaraza je kod mnogoga, osobito tko naginje na sušicu, odmah bez svake sumnje. Da je tomu tako, dokazano je pokusima sa životinjama. Kuživo sušice, tuberkul bacili, u gdjekojim prilikama može i drugačije u tielo dolaziti. Tako može na pr. da prianja uz kakovu stvar, koju uzimamo u usta, pa se ne trebamo onda čuditi, ako djeca, koja uzimaju sve u usta, meću stvari u njih, koje su se valjale po zemlji, pa ako su imale kakovu ranicu u ustima, da su oboljela od škrofuloze, jer i kod škrofuloze razvrieže se tuberkul-bacili u mezgovne žliezde. Isto tako može taj bacil dolaziti u tielo na ranice, kad se djeca češu na osip ili kad djeca prstom buše po nosu.

Ako u jelu ima tih tuberkul-bacila, kao što ih ima u mesu tuberkuloznih životinja, a osobito u mlieku tuberkuloznih, ikričavih krava, to može na onim mjestima tiela, gdje jela duše ostaju, dakle u crievima, jedan dio tih bacila priliepiti se i ondje se nastaniti.

I ako ta pogibelj baš nije velika kod onih ljudi, kojima je probava u redu i ako malo tih bacila dolazi u tielo, to je ipak istina, da su već

mnoga djeca i oporavljenici (reconvalescenti), kojim je probava slabija, te koji su duže vremena takvoga mlieka pili, oboljeli od tuberkuloze na crievima.

Glavna je pako pogibelj okuživanja od tuberkuloznih ljudi, jer tuberkulozne životinje ništa ne izbacuju.

Ako pomislimo, što suhobolni sa svojom otrovnom pljuvačkom rade, kamo je sve bacaju, onda se ne trebamo čuditi, da je sušica postala malo po malo jedna od najstrašnijih nevolja čovječanstva!

Širenje sušice ograničiti se može ovako:

Prije svega treba da se suhobolni nauči, da pljuvačku svoju pljuje u zgodnu pljuvaljku, jer ako pljuje na pod ili u rubac, tada ne samo da mu obitelj i drugi, koji su s njim, dolaze u pogibelj, okužiti se, nego i on sam. Jer moguće da mu bolestna pluća počimaju cieliti, pa kad uviek nove svoje vlastite bacile udiše, to će naravno i zdrava mjesta u plućima oboljeti i tako će sam sebe upropastiti.

No ne samo suhobolni nego i svaki, koji mnogo pljuje, pa ma bilo samo uslied nedužnoga katara, neka pljuje u pljuvaljku, jer mnogi, dapače mal ne svi suhobolni izbacuju već više tjedana i mjeseci prije, nego što im rodjaci i slute, da su ozbiljno bolestni, a može u pljuvački biti i drugih klica bolesti, koje kad se osuše, opet udisati možemo. Držeći se ovih propisa, zapriečit će se, da se i druge bolesti šire, kao što je upala pluća, difterija i gdjekoji katari osbilnije naravi.

Pljuvaljka neka se nikada ne napuni suhim pieskom ili piljevinom, jer se u njima pljuvačka lako osuši, nego neka je ili prazna ili tek da je malo vode ili karbolne otopine u njoj.

Pljuvaljke neka se prema potrebi (svaki dan, a male pljuvaljke i češće) izprazne u zahod i neka se izperu toplom vodom. Treba se čuvati, da ne dodje što od pljuvačke na ruke, a još manje na rane. Ako bi se to ipak dogodilo, treba ruku ili ranu odmah pomno očistiti.

Bolestnik neka ne drži pljuvačku dugo u ustima, a još manje da je proguta, jer bi bacili lasno mogli dospjeti i u crieva.

Suhobolni neka nikoga ne poljubi na usta, nego samo na čelo i obraz, a i njega neka ne ljube na usta. Isto tako neka ne uzme stvari u usta, koje će možda kasnije drugi u usta metnuti, na pr. igračku, trublje itd.

Pošto na brkovima, osobito na dugačkim, lasno dielovi od pljuvačke zaostati i tuj se osušiti mogu, to je probitačno, da suhobolnici svoje brkove što kraće nose.

Čaše i žlice, što ih je upotrebio, smiju se od drugih ljudi upotrebiti tek onda, kad su u toploj vodi dobro izprane.

Rubenina njihova neka se oprezno spravlja, da se ne praši, pa neka se odieljeno od druge rubenine pere. Rubci i košulje, koje su od pljuvačke zamrljane, moraju se svakako pomno u lugu izkuhati.

Potrebno je, da se poslie smrti bolestnikove čisteći posteljinu, haljine i rubeninu pazi na njeke oprezne mjere. Ove stvari najbolje se razkužuju, ako se metnu u toplu peć. Perine i strunjače treba kroz više dana valjano provjetriti, a mogu se još osim toga razporiti, a perje, vunu i dlaku izvaditi i vrelom vodom ili ljutim lugom izpariti, osušiti, pa ako je moguće metnuti u toplu peć. Ako su uzglavlja ili madraci bili napunjeni morskom travom, slamom ili siečkom, treba ovu spaliti.

Ako je bolestnik sbilja od sušice bolestan, što mu najbolje liečnička pregledba kazati zna, treba se osobitom njegom njegovati. Neka se dobro čuva od svake nepogode vremena, neka živi uviek u čistom i dobrom zraku. Valjan izbor sobe, u kojoj spava za njega je važni uslov života. Spavaonica neka je od zemlje uzdignuta, prozori neka gledaju na jug, neka je soba prostrana, suha, svietla i u toj sobi neka bolestnik sam spava.

Nadalje izbirajući stan za takovog bolestnika, treba paziti na ulicu, na susjedstvo i na ukućane u toj kući.

Ulice, u kojima je živahan promet ili gdje se mnogo praha uzvitla, susjedstvo, gdje su u blizini tvornice, iz kojih čadje ili pare sukljaju, nadalje štale, pekarnice ili druge zanatlije u kući, koji prave šum i prah, treba bolestnik da izbjegava.

Traži takovom bolestniku mirnu, tihu, na višoj točki grada ležeću ulicu i osobito pazi na spavaonicu.

Izlazi li bolestniku, kad je vrieme hladno ili kad ima mnogo praha u zraku, neka se bolestnik služi »respiratorom«. To je sprava od riedke tkanine, koja se priveže na usta, da u usta ne ulazi prah u zraku, i da se zrak, što se udiše, ugrije.

Komu novci dopuštaju, neka se ljeti nastani na selu, a zimi neka ide u klimatičko lječilište.

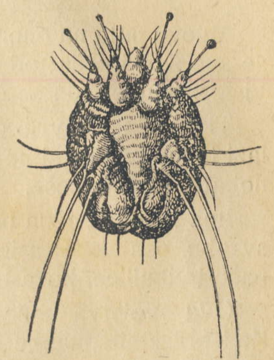
Liečenje kod sušice sastoji se jedino u tom, da se suzbiju pojedini symptomi ove bolesti. Groznica lieči se kininom; podraživanje na kašalj lieči se narkotičnim liekovima. Da bolestnik ostane snažan, daju mu se hraniva, ali lahko probavna jela — mlieka, jaja, šunke i pečenja. Takovom pažnjom mogu se ozledjena prsa mnogo godina na životu uzdržati, a bolestnici da se i ne osjećaju, da su ozbiljno bolestni. Osobito se suhobolnim preporuča, da piju ljeti mlieko, a zimi ribju mast. Dajuć bolestniku mlieko ili ribju mast, nikada mu ne spominjaj, da je to liek. Ribju mast ili mlieko treba bolestnik dugo i mnogo da pije, ako misli kakovu hasnu imati, t. j. ako hoće, da mu se sile ojačaju i izhrana dobra bude. Za sušicu valja kumis i kefir.

Proti dosadnom noćnom znojenju upotrebljuje se u najnovije vrieme prah, što se rabi, kad se komu noge jako znoje. A to je: 3 diela salicylne kiseline, 10 dielova škrobi i 87 dielova milovke. Kad posipaš taj prah po tielu bolestnika, pokrij mu usta i nos maramicom, da ne bi štogod praha udisao, jer bi ga prah na kašalj podraživao.

Kad je bolest na vrhunac došla, t. j. kad je bolestnik već na izmaku svoga života, nikakav mu liek ne pruža kakovu polakšicu.

SVRAB.

Svrab dolazi od njeke životinjice, svrabnog raztoča, svrbca (Krätzmilbe) (sl. 113.), a to je kukčić nametnik. Svrab se prenaša s čovjeka na čovjeka i to ovako: svrbac došao od drugog čovjeka na tielo, puzi, dok si ne nadje sgodno mjesto; našao ga, vrti kožu dok dodje pod usmu, dublje ne ide, jer ovdje nalazi, što mu je za obstanak nuždno. Sad snese jajce po jajce, praveć tako rekuć hodnik pod usmom. Idući sve napried i noseći jajca, zatvara sebi put te ne može natrag. Najstarija jajca najbliža su do površine kože. Dok iz jajci raztoč izraste, treba 14 dana. Jedan može 10, 20—40 jajašca snesti prije, nego što ugine. Put kojega taj nametnik pod kožom napravi i u kojem svoja jajca snese, zove se raztočni podrov (Milbengang). Već i prostim okom možeš ga razpoznati, jer opažaš na koži njeki dugi vijugašti prutak. Pod svakim takim putem napravi se mjehurić ili čibuljica, i dok mjehurići rastu, dižu raztočni podrov od svoje podloge. Raztoč nikada se nenalazi u tom uzdignutom podrovu, već uviek malo podalje.



Sl. 113. — Svrbac.

Najdosadnije kod svrabne bolesti je nesnosni svrab, koji se još jače u toplom krevetu osjeća. Osobito mila mjesta, gdje se raztoč voli nastaniti jesu: ruke, lakat, pazuho, dojna bradavka, mošnjica, mužko udo, trtica, noge, koža nad nutarnjim gležnjem i tabane. Vrlo rado ide na mjesta, koja su pritisku izvržena, tako kod ženskinja, gdje se suknje vežu, gdje se steznik tiela čvrsto drži, kod ljudi, gdje se kruto opasuju ili gdje su im naramenice itd.

Kod dojenčadi možeš svrabni raztoč opaziti po svim mjestima, kojih se dojilja često dotiče, prsa, trbuh, lice, po kosmatoj koži na glavi itd.

Svrab se lieči utiranjem masti, u kojoj ima primjesa, koje raztoč usmrte i jajca unište. Najvažniju uslugu u tom pogledu čini sumpor i storač (Styrax). Evo kako se ovakav liek napravi.

Smješaj sumpora i peruvianskog balzama od svakoga po 10 grama i proste jednostavne pomasti 80 grama. Ili sumpora 5 grama, jednostavne pomasti 40 grama, raztopljenog storača, sumpornog cvieta i krede od svakog po 20 grama, zelenog sapuna i svinjske masti po 40 grama; — ili raztopljenog storača i maslinovog ulja po 5 grama.

S ovakovim melemom dobro natari mjesta, gdje se svrabni raztoč ugnizedio t. j. gdje svrab osjećaš. Tako utiraj dva tri dana jutrom i večerom, onda se okupaj. Ako ne bi svrab prošao, ponovi utiranje.

Ličani, radnici u Slavoniji, kažu toj bolesti »vašica« t. j. uš pod kožom, i njima je poznato, da se ta bolest prenaša.

Lieče ju ovako: Ugriju držalo od varjače ili drugo kakvo njemu slično drvo tako jako, da već počme goriti, s tim vrelim drvetom pritištu ona mjesta gdje svrab osjećaju i to vrlo dobrim uspjehom.

SVRBEŽ.

Mnogo puta na onomu mjestu, gdje su gdjekoje kožne bolesti, koža se sva žari i peče; od nesnosnoga žara ona mjesta i svrbe, pa je čovjek prinudjen, da se češe.

Tko je šugav, vrlo ga svrab muči; nu ovaj svrab ili svrbež ne dolazi toliko od one sitne životinjice, koja je uzrok šugi, već od čovječjih nokata, kad se češe.

Ima i jedna kožna bolest, koja počima jakim svrbežom, tako zvani svrabni osutak (Prurigo). Kod ove bolesti tvore se mali čvorići dapače i čibuljice, koža biva malo po malo od toga hrapava i izpuca.

Ova svojstva kože čine, da se sglobovi ne mogu pravo micati. Kad bolestnik makne kojim sglobom, osjeća bol, koža sve više izpuca. Stanje ovo vrlo je nesnosno; po ciele noći ne može bolestnik spavati. Od dosadnog svrbeža ne može se održati, da se neprestano ne češe, a to mu muke još poveća. Ima slučajeva, da su se takovi bolestnici od velike muke i ubili. Još se pravo ne zna, što je uzrok ovoj bolesti.

Glede liečenja nisu svi liečnici jednoga mnienja. Njeki misle da je ova bolest neizliečiva, dok drugi za sigurno drže, da čovjek od nje ozdraviti može, ako se pojavi kod djeteta izpod 4 godine.

Mazanje katranom kadkad ublaži bol i čini da bolest ponješto jenja.

Ima još i drugu vrst svrbeži, kod koje se isto tako čvorići prave, ali ovaj ne potiče od kožne bolesti, nego joj je uzrok živčani upliv, a sielo mu je daleko od onoga mjesta, gdje koža svrbi. Ovakav svrbež (pruritus) opaža se kod bolesti materice, jajnika, jetara, bubrega i kad čovjek jako ostari.

Pojavi se kadkad po cielom tielu, a kadkad se drži samo na pojedinom mjestu na pr. uzduž ruku, nogu, oko spolovila. Od mnogog češanja mogu ta mjesta i ranjava biti.

Samo ako se ona bolest izlieči, koja je bila povod tomu svrbežu, možeš se nadati, da ćeš podpuno ozdraviti.

Pravi hladne obloge, kupaj se, upotrebi škropicu, pa svrbež ne će toliko dodijavati. Možeš se prati i 2% karbolnom vodom.

I kod žutice zna se svrbež pojaviti a takodjer i kod gdjekoga, tko pati od mokrenja sladorite mokraće (Zuckerkrankheit). Tko ima žuticu neka se kupa u mlakoj vodi, pa ga svrab ne će toliko mučiti; čim ga prodje žutica i svrbeža će nestati.

Kod mokrenja sladorite mokraće svrbež će sve slabiji biti, čim manje šećera u mokraći ima, a izgubit će se sasvim, kad se bolestnik od ove bolesti izlieči.

Ako tko ima svrbež, koji ne potiče od kožne bolesti, neka se kupa u toploj vodi i pere sa sapunom, a čim iz vode izadje, neka se polije škropicom; poslie kad se posuši, neka se maže glicerinom.

Ako svrbež potiče od kakove kožne bolesti, valja se češće kupati, sapunom prati a poslie mazati mašćom od cinka.

Tko ima svrbež medju udovima, neka se češće pere i posipa brašnom od krtole ter maže vazelinom ili lanolinom, da se koža ne ojede.

Svrbež zna doći i od glista, ako se u rodnicu uvuku; lieči se od glista, i svrbeža će nestati.

Tko ima na spolovilu svrab, a nikako za uzrok doznati ne može, neka pravi obloge s olovnom vodom ili neka ulije u litru vode žlicu stipse, pa neka se time oblaže. Mogu se i 30—40 makovih glavica u pol litre vode skuhati, pa od te vode obloge praviti. Tko ni od tog pomoći nema, neka pokuša sjediti 1—3 minute u hladnoj vodi.

ŠKILJENJE.

Riedko kada je škiljenje (hiljenje, Schielen) urodjeno, ono nastaje s raznih upliva. Tako potiče na škiljenje rad, pri kojem je nuždno, da oko oštro gleda. Mnoga djeca već u nježnoj mladosti škilje, a to je nastalo s toga, jer sasvim blizu k oku primaknu igračke i druge stvari, kad ih gledaju. Malo po malo priuče se, da predmete sasvim iz bliza gledaju. Dodje li doba, da diete školu polazi, tad biva zlo još gore; diete se sad bavi perom i knjigom te predmete sad još bliže oku primakne, jer mu je nuždno, da ih bolje vidi; odtuda se razvija podpuno škiljenje. Takva djeca obično tako škilje, da im se jedno oko drugomu okrene. Škiljenje opaža se više kod gradske djece nego li kod seoske.

Kada tko radi pri slabom svjetlu, ili kada glavu kod posla nepravilno drži ili ako je kakova pogrješka na oku samom, da se je naime vid pomutio; to sve nuka, da se predmeti oku bliže primaknu; eto time opet povoda škiljenju.

Tko je dalekogled t. j. da mu je urodjeno, da predmete bolje vidi, kad su mu više od oka udaljeni, taj često puta škilji, jer mora oko naprezati, da dobro vidi.

Što se tiče škiljenja, gdje se oči jedno drugom okrenu, to ono može s vremenom ili sasvim proći ili škiljavac se muči, da gledajuć postrance, što manje škilji.

Ponajviše su mišice oka, koje kod škiljenja utiču, malo po malo promjenama izvržene; i to tako, da ona mišica, koja je više napregnuta, deblja i jača biva, a njezin antagonista biva tanji , slabiji i dulji, i tako gibivosti mišice, koja je na početku sasvim dobra bila, s vremenom ponajviše nestaje.

Antagonista je anatomički izraz, te znači mišicu, koja protivno drugoj djeluje. Tako ustroj, uz kojeg takove mišice ima, sasvim miruje, dočim je njihovom uplivu izvržen. Takve antagoniste ima i oko, a to je nutarnja i vanjska pravna mišica oka. Nutarnja okreće oko prema nutarnjoj strani, a vanjska okreće ga na desnu ili na vanjsku stranu.

Škiljenje liječi se ponajprije time, da se ukloni ono, što je na škiljenje poticalo i što je u stanju učiniti, da škiljenje još gore bude. Ne dopuštaj dakle, da se djeca sa vrlo malenim predmetima igraju; ne daj da diete, koje na škiljenje naginje, prerano uči; čuvaj njegove oči. Da diete, koje je dalekogledno, popravi vid, neka nosi očale, uz to neka se i oko, koje škilji vježba, da se okani škiljenja.

Ima ljudi, kad škilje, oči im van gledaju t. j. nije im okrenuto jedno oko drugomu, nego je jedno od drugoga odmaknuto. Narod obično kaže, s jednim okom gleda na zapad, a s drugim na iztok. Tako škilje obično kratkovidi. Tko je kratkovid, mora predmete sasvim k oku primaknuti, mišica, koja treba da oko na nutarnju stranu okreće, oslabi, te ne može da obavlja kretanje; oko je više van okrenuto, te zato na tu stranu i škilji.

I kad tkogod ovako škilji, mišica oslabi, ako škiljenje dugo traje. Pravna mišica izvanjske strane biva jača, okretnija k nutarnjoj strani sve više malakše, dok napokon oko sasvim ne prestane, da se na onu stranu okreće.

Kao uzrok škiljenju na vanjsku stranu broje se i poremećeni živci, koji utiču na mišicu, štono ima da okreće oko prema nutarnjoj strani; zato se često dogadja, da tkogod iznenada počne škiljiti iza kakove bolesti na mozgu, jer živčano djelovanje za oko izlazi od tog ustroja. Škiljenje, osobito kod kratkovidnih razvija se postepeno. Najprije oko brzo umori, osobito kod takovog posla, gdje treba predmet da iz bliza

gleda. Kratkovid pomaže se kadkad time, da ono oko, koje je slabije, zatvori ili ga čime pokrije, da ga gledanjem ne muči; ili primakne stvar sasvim blizu k oku. Taj postupak nije od nikakove hasne, jer nesretnik pri svem tom sve više škilji; i na posliedku dodje do tog, da samo s jednim okom vidi.

Tko tako škilji, da mu se jedno oko od drugoga okreće, riedko kad će se izliečiti sam od sebe. I tuj će s očima isto tako postupati, kao što je kazano kod prve vrsti škiljenja.

Tko nije rada, da ga škiljenje nakaže, t. j. da nije ružan, pomoć će si, ako se dade operirati (vidi sl. 72.).

ŠKORBUT.

To je bolest, koja ponajprije na krv štetno djeluje. Bolestnik zlo izgleda, po tielu je sinjav, mori ga slabost i umornost te mršavi. Lice mu je bliedo, kao prljavo, ustne su modrikaste, oči duboko utonule, a pod njima se vide modri kolobari.

Kad su ova obća obilježja slabosti njeko vrieme potrajala, pojave se obilježja, koja su samo škorbutu svojstvena, te po kojima se odmah pozna, koja je nevolja čovjeka snašla. Ponajprije oboli zuberina, otečena je, brzo krvari, te bolestnik težko žvače. Jer se krv i veziva, koja se lupe, raztvaraju, razvija se iz ustiju vrlo ružan vonj. Nadalje se pokazuju na koži krvave pjege; ove nastaju, što su uslied bolesti veziva rahla, ter propuštaju krv. S istih uzroka krvari opna sluznica u nosu, dušniku, crievu itd.

Zna se odkuda ova bolest dolazi, zato se dobrim uspjehom i lieči. Kao uzrok škorbutu poznata su duga morska putovanja, kada se vojnici samo dvopekom i suhim nasoljenim mesom hrane, osim toga kod morskog putovanja ide škorbutu u prilog, briga, zima, naporni rad i bezsrčanost.

Na suhoj zemlji pate od škorbuta ljudi, koji nuždu trpe ili u vlažnim stanovima žive i napokon pojavljuje se ta bolest kadkad u vojarnama i kaznionama.

Liečenje sastoji se u tom, da se bolestnici hrane frižkim mesom i frižkim zelenjem, da nose toplo odielo, da udišu čist zrak i da paze na čistoću. Proti toj bolesti vrlo dobro je jesti soljeno i kiselo zelje (kupus).

Ako se je bolest već sasvim izdala, vrlo dobro pomaže sok od dragušca (vodenog kresa, Brunnenkresse), kelja, rotkve, hrena, limuna, naranče i ribiza.

Tko ima škorbut, neka od ovakovoga soka svaki dan 50 do 100 grama pije. Da usta brže ozdrave, treba ih izpirati toplim octom.

ŠKROFULOZA.

Dobro se zna, odkud ova bolest potiče, a na sreću zna liečnička znanost, kako se valja proti njoj boriti, da je čovjek nadvlada.

Ima djece, koja već od poroda naginju na tu bolest. No tuj se ne razumije urodjena bolest t. j. takova, od koje su i roditelji djeteta stradali na pr. sušica, bludobolja, već podvrženost toj bolesti, od koje će diete oboljeti, ako u prilikama žive, koje škrofulozi u prilog idu.

Ponajviše bivaju škrofulozna ona djeca, koja svoj život imaju zahvaliti bludobolnim roditeljem, onda ona, kojima roditelji imaju rak ranu, stradaju od velike slabosti ili imaju kakovu bolest u prsima — ne gledajući na one, koji su se već s tom bolešću rodili t. j. kojima su roditelji sami škrofulozni.

Nadalje nalazimo škrofuloznu djecu kod roditelja, koji su muževnoj dobi već na izmaku ili su si rod po krvi. Djeca od ovakovih roditelja bivaju škrofulozna da im ta bolest nije urodjena, i da ne žive u prilikama, koje škrofulozu podpomažu.

Škrofulozi ponajviše ide u prilog loža izhrana, a ovoj je prvi korak »pitanje iz ruke«, oskudica majčinog mlieka. Bez majčinog mlieka i majčine njege odgojena djeca najviše su škrofulozna.

Nadalje škrofulozi ide u prilog hrana, koja se doduše u velike dietetu daje, ali nema u njoj sastojina, koje su nuždne, da se djetinji organizam od njih valjano razvija. K tomu dolazi stanovanje u vlažnim stanovima, koji se slabo provjetriti dadu, slabo kretanje u čistom zraku i napokon manjkavo ili nikakovo njegovanje kože.

Ove neprilike najviše se javljaju kod siromašnog pučanstva, zato se i vidjaju u tim slojevima najviše škrofulozna djeca, kojima nije ova bolest urodjena, već su samo toj bolesti bila naklona, a neprilike, u kojima žive, čine da se ta bolest u njima razvija, dok urodjenu škrofulozu možeš opazit kod svakog stališa, a osobito kod otmenog svieta.

Škrofuloza pokazuje se na razne načine, sa dugotrajnim kožnim osipom, katarom, koji ide na oči i disala, napokon s bolovanjem sglobova i kostiju, a osobito su žliezde mezgovnice, koje kod škrofuloze stradaju.

Tkiva i tekućine od škrofuloze stradajućeg organizma tako su nevoljna, da kad se razbole, biva to polagano, postepeno, a kad ozdravljaju, opet su sasvim nemoćna tako, da onaj, koji od škrofuloze strada, nije ni krepak, ni snažan.

Izmjena tvari kod škrofuloze nije kod sve djece jednaka; kod nekoje djece biva vrlo polagano, a kod druge opet odviše brzo. Kod kojih je izmjena tvari troma, želudac ne probavlja dovoljno, da se krv popravi.

Takova djeca udebljaju, a ona, kod kojih izmjena tvari odviše brza biva, smršave.

Eto kakva su djeca, kod kojih izmjena tvari veoma polagano biva. Glava im je obično velika, crte lica grube su, nos i gornja ustna otečena su, imaju široke čeljusti, trbuh im je nadut, žliezde na vratu otečene su, imaju mlohavo, spužvi slično, mekušavo meso.

Ljudi, kod kojih izmjena tvari odviše brzo biva, imaju osobito bielu, nježnu kožu, a ova im se vrlo brzo zacrveni; kroz nju vidjaju se površno ležeće modrikave ili crvenkaste krvne žilice. Ustne i obrazi su jasno crveni; rožnjača u oku veoma je tanka, kroz nju je modrina prozirna, a to čini, da ti se oko vidi žalovito.

Mišice takove dječice mekane su i tanke, prema veličini tiela jako su lagana, a to je znak, da su im kosti slabo težke. Zubi su liepi, te se modrikasto sjaje, ali su dugački i uzki, kosa je mekana. Kod škrofulozne djece treba da se cieli organizam lieči i jača, a ne samo tkiva, koja su od nje obolila. Ovo liečenje sastoji se u dobroj njezi kože, u brizi za dobar zrak, suh stan i krepku hranu. Za škrofulozu za nutarnji liek osobito je hasnovita ribja mast 1, 2—3 žlice na dan. U ljetu daje se mjesto ribje masti mlieko, jer se ribja mast od velike vrućine lahko užge. Nadalje veoma pomažu jodna vrela, Lipik, Hall, Adelheidovo vrelo — i kupanje u solnim kupeljima.

ŠKROPICA.

Poznato nam je, da hasnu od vode imamo, što svojom toplinom ili studeni na tielo djeluje; dalnji efekt čini mehanička sila vode, kojom tielo bije. Ovo osobito valja za škropicu (Brause, Douche). Kad se služimo škropicom, onda voda bije tielo, kao da ga bezbroj igala bode, pa time jako podražuje onaj dio tiela, koji škropimo.



Sl. 114. — Jednostavna sprava za škropicu.

Što je voda hladnija i natisak iz škropice jači, to je i podražujući efekt veći; on je iste ciene kao slaba munjevna struja. Škropicu ćemo dakle upotrebiti, gdje su tkiva mlohava, da se opet usile i gdje je obticanje krvi tromo, da se uskori.

Škropica se najviše upotrebljuje za škropljenje glave (sl. 114., vidi i sliku 40.). Treba dobro upamtiti ovo:

Ako škropicu upotrebimo samo njekoliko sekunda, tada će nas osvježiti i okriepiti; ako li se škropimo dulje vremena, a da ne pazimo na zlatna pravila opreznosti, može nam jako škoditi.

Ako nam je glava maramom ili kapom pokrita, kad se škropimo, tad imamo glavnu hasnu od studeni, a mehanička razdraženost je pri tom vrlo malena.

Obratno ćemo postići, ako se vodeni traci neposredno poput igala svojim šiljkom na golu glavu saliju.

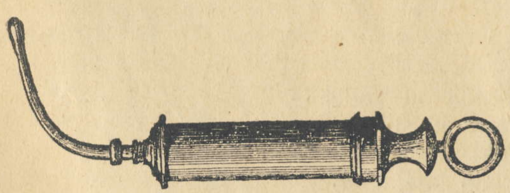
U prvom hipu, krv se povuče natrag, nu za malo ona se većom silom pod kožu vrati, od ovakove škropice zna i glava zaboliti. Uz ovaj efekt imamo od škropice tu neugodnost, kad vodeni traci neposredno glavu biju, da će glava ondje ćelava postati. Mnogi mogu ćelavost svoju tomu pripisati, što glavu svoju studenom vodom miju, a najviše je tomu škropica kriva.

Škropica biti će od koristi onima, koji stradaju od njeke osobite mlohavosti, od zločeste probave i tromog obticanja krvi.

Tko naginje na navalu krvi i tko je osobito razdražljiv, ne smije se škropiti.

ŠTRCALJKA ZA MATERICU.

Razne materične bolesti zahtievaju, da se u rodnicu štokakvi liekovi uštrcaju. U tu svrhu upotrebljuju se štrcaljke, koje imaju tučak



Sl. 115. — Štrcaljka za matericu s tučkom.



Sl. 116. — Štrcaljka za matericu s loptom.

sa nastavkom, na kom ima zavinuta ciev, koja je s gornje strane zaokružena i s jednom ili više rupica probušena.

Ovakovom štrcaljkom dolazi tekućina u rodnicu kao sa kakovom škropicom. Ima štrcaljka u obliku lopte sa zavinutom cievi. Kad stisneš loptu ulazi tekućina isto tako kao i s onom, kod koje se tučak potiskuje. Osim s ovakovima štrcaljkama, uštrcava se i s irigatorom, a to je svakako najsgodnije i najlakše.

ŠTUCAVICA.

Štucavicu često mala djeca dobiju, a štucaju kadkad i odrasli ljudi. Štucavica je grč u ošitu, a nastaje kod male djece, kad se prehlade ili kad naglo i lakomo sisaju. Kod odraslih dodje, kad tko nazebe ili kad želudac pretovari.

Da diete ne dobije štucavicu, treba ga naučiti, da polagano sisa, da kadkada prekida sisanje, pa ga treba držati suho i toplo. Možeš mu dati i njekoliko žlica tople šećerom zasladjene vode ili topla čaja ili mu naspi na jezik malko sitno stučena šećera.

Ako odraslo čeljade dobije štucavicu, pak ova dulje vremena traje, neka metne na žlicu gorušične kaše ili gorušičnog papira ili neka natopi komadić krpice u vinovicu od gorušice, neka je metne na žličicu i tamo 10—20 minuta ostavi.

ŠULJEVI.

Pod imenom šuljeva (Haemorrhoiden) razumievamo razširenje žila u prohodnjaku (stražnjeg crieva), koja neprilika sve malo po malo nastaje.

Njekoje neprilike otešćaju obticanje krvi u žilama krvicama toga diela crieva; one se prepune krvlju; njihova pruživost biva sve manja, tvore se vreći slični nabori, koje možeš pipati, a često i viditi; to su oni čvorovi, kojima se kaže šuljevi, a nalaze se na vršku prohodnjaka ili se poredaju oko šupka.

Najglavniji uzrok ovakovom razširenju žila krvica u prohodnjaku je sjedeće poslovanje ili način života, kad čovjek ponajviše sjediti mora; onda što se mnogo nečisti u debelom crievu nakupi, dakle tvrda ili zapečena stolica i napokon svaka mehanička sila, koja prieči obticanje krvi u prohodnjaku, biti će povod, da se žile krvice razšire i čvorovi naprave. Nadalje može biti povod šuljevima: oteklina u trbušnoj utlini, trudnoća, pa i nuredno obticanje krvi, kojemu je uzrok bolest pluća, jetara ili srca. S istih tih razloga naprave se i gukave žile po bedru i dolnjem gnjatu; i te nisu drugo, nego razširene žile krvice.

U gdjekojoj se obitelji od pamtivieka zna, da svi članovi iste od šuljeva pate. Način života u pojedinca ne ima nikakova upliva na tu bolest.

Onima, koji od naravi toj bolesti ne naginju, ne smeta toliko tvrda stolica i premalo kretanje, te jedva da će neuredno obticanje krvi od zlih posliedica na šuljeve biti; dok onima, koji su od svojih predja šuljeve baštinili, odmah rečene neprilike škode, te se znatni čvorovi prave.

Ako se prave samo čvorovi, a iz njih krv ne teče, kaže se sliepi šuljevi; ako se uz njih i krvotok pojavi, veli se otvoreni šuljevi. Krv potiče iz malih žilica, koje puknu.

Veliki pritok krvi na sluznicu u prohodnjaku djeluje kao katar; sluznica se u velike ciedi, te mnogo sluzi potiče, tomu velimo da pati od sluznih šuljeva.

Ovaj katar sluznice, kao i pravi uzrok šuljevima, naime preveliki pritok krvi prema žilama krvicama u prohodnjaku, uzrok su svakojakim neprilikama. Krsta i ledja bole, peče u prohodnjaku, probava je neuredna, ako su čvorovi dosta veliki, a i boli su dosta znatne, kad ide zarad sebe.

Kad nastane krvotok, onda se ove neprilike znatno ublaže i bolestniku upravo odlane.

Ova časovita polakšica dala je povod mnienju, da je krvotok kod šuljeva dobar znak, pa zato i ne traže, da se zaprieči. Ovo mnienje je sasvim krivo; istina, da nastane polakšica, čim se krv pojavi, jer se onda guke ili čvorovi izprazne, one bivaju manje, ne bole toliko i ono neugodno natezanje od njih popušta, no sve je to samo od neznatne vriednosti, jer treba na umu imati, da česti gubitak krvi slabi cieli tjelesni ustroj.

Šuljevi su dugotrajna bolest. Istina, čim se izliečiš od nih, svih tih neprilika nestaje; nu jer se težko izliečiti dadu, sve se te neugodnosti, koje šuljevi sobom donose, opet i opet povraćaju.

Tko pati od šuljeva, s vremenom se na svoje zlo priuči te i sam zna urediti svoje živovanje tako, da ipak njeku polakšicu ima. Glavni liek od šuljeva i najbolju polašicu za svoju bol naći će bolestnik u prikladnom i umjerenom načinu života.

Ako si prisiljen, da moraš ponajviše sjedeć svoj svakdanji kruh zasluživati, ne sjedaj na mekani stolac. Kad si prost od posla; ide se šetati, te bavi se što više možeš poslom u prirodi. Kani se časti i gostbe, a osobito se čuvaj žestokoga pića te pazi, da ti je stolica u redu.

Ako su čvorovi izvana, te jako bole, metni na njih hladne obloge ili ih potisni pouljenim prstom unutra.

Takove čvoruge, ako su vrlo velike, treba, da se vieštačkim načinom uklone. Liečnici ih odstranjuju galvanokaustičkom zamkom ili salitrenom kiselinom (Salpetersäure). Od ovakovog liečenja bivaju čvorovi sve manji i manji te može čovjek i sasvim ozdraviti.

Krvarenje kod šuljeva ne biva nikada odviše jako; ako želiš krv ustaviti, obično je dosta, da metneš hladne oblage.

Stari sviet neka ne misli, da mu krvarenje iz zadnjega crieva uviek od šuljeva potiče, dapače i onda, ako su od mladih dana na šuljeve naučni — može tomu koraku drugi povod biti.

Isto se tako pojavljuje krvarenje iz početka kod onoga, tko ima rak-ranu u prohodnjaku; zato je najbolje, da te odmah liečnik pregleda.

Kad prodje sve ono, što ti je od šuljeva boli zadalo, dobro ćeš uči-

niti, da se škropiš hladnom škropicom; nu pamti, ne smiješ je često rabiti, ako misliš od nje hasnu imati. Karlsbadske toplice svakomu su tko od šuljeva pati, od velike hasne.

TITRICA.

Od titrice (kamilice, Kamillen) upotrebljuje se mirisavi cvietak kao obarak i to u vrlo mnogo slučajeva.

Obarak od titrice daje se proti grčevitim bolima u organima probave i ženskog spolovila. Titrica osim toga djeluje i na kožu, jer se od nje koža bolje znoji.



Sl. 117. — Titrica (kamilica).

Čaj od titrice valja piti, kad tko ima grčeve u želudcu, grižu, naduvanje, onda kad koja ženskinja ima grčeve, te joj se smuči u ono vrieme, kad ima kod sebe. Od nje se lakše povraća, zato ju liečnici prepišu s drugim liekom, kad treba što na bljuvanje uzeti. — U svim tim slučajevima pravi se obarak od suhoga titričnog cvieta; uzmi 5—10 grama cvieta na $^1/_5$ litre vode.

Maloj djeci pravi se i klištir od titričnog teja, kad ih u trbuhu boli, kad imaju grčeve i kad su zapečena.

U liekarnama dobiva se voda od titrice, tinktura titrice, titričnog ulja i sirup od titrice.

TJELOVJEŽBA.

Tjelovježba (gimnastika) čini, da mišice budu spremne i gibke, ona ih jača, ter pravi čovjeka, koji se s njome bavi, smjelim i srčanim. Osim toga tjelovježbom popravljaju se svi oni nedostatci u organizmu, koji su nastali odtuda, što diete po više sati u školi, mnogo puta u sasvim nespretnim klupama i u nečistom zraku prosjedi.

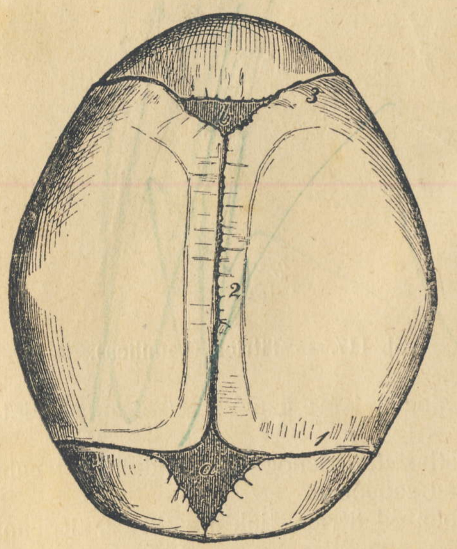
Sat tjelovježbe prava je blagodat za djetinji ustroj; taj sat pluća dišu slobodno i krepko, kosti i mišice sbace sa sebe spone, s kojima su sapete, te se vraćaju u svoj prirodni položaj. Obticanje krvi, koje je prije na razne zapreke na svom putovanju naišlo, sada biva opet

slobodno i živahno. Svakomu djetetu, koje ne strada od kakove bolesti na srdcu, plućima ili moždjanima (zahlipcima slični nastupi) mora tjelovježba hasniti a i bolestnoj djeci, ako se valjano rukovodi, mnogo hasniti.

Odraslima tjelovježba pripomaže, da je izmjena tvari živahnija. Medju tjelovježbu spada i plivanje, jahanje, mačevanje, plesanje, sklizanje i hrvanje.

TJEMENCI.

Kod odrasloga čovjeka bi rekao, da je lubanja sva od jedne kosti, tako su joj čvrsto kosti jedna s drugom srasle. Kod djeteta odmah iza poroda možeš napipati, da je lubanja od više kosti sastavljena, a te kosti samo su kožicom jedna s drugom svezane.



Sl. 118. — Tjemenci na lubanji novorodjenoga djeteta. — 1. Vjenčasti svez. — 2. Tjemenični svez. — 3. Zatiljčani svez. — a) Veliki tjemenac. b) Mali tjemenac.

Ako opipaš dječju glavu prvih mjeseci njegova života, to ćeš naći mekano mjesto ondje, gdje se dvie kosti tjemenice sastaju. Ovo se mjesto lahko stisnuti dade, ima četiri kuta, prednji mu je kut oštar, a stražnji tup, to je **tjemenac** ili mehko tieme, i to **veliki tjemenac** (Fontanelle).

Još možemo ovakovo mekano mjesto napipati ondje, gdje se sastaju dvie kosti tjemenjače sa kosti zatiljačom. Ovo mjesto kažemo, da je **mali tjemenac,** nalik je trokutu, a jedva je tolik, da se vrškom kažiprsta pokriti može [slika 118. a) i b)].

Ako se tjemenci prije vremena srastu ili otvrdnu, tad se ne može mozag redovito razvijati; ova zapreka može biti uzrokom velikoj neurednosti u mozgu.

Ako se tjemenci dugo vremena ne srastu, znak je da se kosti dobro ne razvijaju — englezka bolest — ili se je tekućine u mozgu sakupilo — vodoglavost.

TJESTENINE.

O hranivosti tjestenina vidi hranivost jestvina. Tjestenine ne smiju se u mnogim prilikama jesti, i to ne smiju ih jesti u obće mala djeca, onda škrofulozna i od englezke bolesti (Rachitis) bolujuća djeca. Tjestenine nisu za osobe, kojima je probava hrdjava i kojima je izhrana nedovoljna i kojima se trbuh jako naduva. Onda neka se čuvaju te hrane, koji naginju na pretilost, koji imaju razširena pluća ili srdce ili kojima se često krv uzruja, jer tjestenine crieva naduvaju, pa tad ošit u vis potiskuju, a to opet ima veoma škodljiv upliv na rečene bolesti.

Tjestenine nisu za osobe, koje imaju tvrdu stolicu.

I trudnice imati će neprilika, kad tjesteninu jedu, materica je i onako povećana, sad, kad se još i crieva od tjestenine nadmu, potiskuju i natiskuju razne organe u trbušnoj utlini, a ovi opet tište ošit, što je sve s mnogim neprijatnostima skopčano.

TOPLINA TIELA.

Da li je bolest silna ili slabija, kazuje toplina, koja se u čovječjem tielu razvija, kada je u bolestnom stanju. Toplina u bolesti ili nadilazi naravsku toplinu, koju čovjek ima, kad je zdrav ili je mnogo niža od prirodne topline.

Normalna toplina zdravoga čovjeka je izmedju 36·5—37° C. Ako toplina bolestnikova nadilazi toplinu zdravoga čovjeka, osjeća, da mu je vruće a metneš li mu ruku na tielo, osjećaš, da mu je ovo mnogo toplije od tvojega. Nu pravu toplinu bolestnikovu saznati ćeš tek onda, ako ju mjeriš toplomjerom.

Popne li se živa u toplomjeru do 38° C. i više, kaže se, da bolestnik ima groznicu (vidi groznica). Mjerenje topline ne kazuje samo, da bolestnik ima groznicu, već mnogo puta sasvim pouzdano kaže, kakve je vrsti bolest, koja se u bolestnikovom organizmu razvija.

Toplina se obično bolestnu 2—3 puta na dan mjeri.

Ako liečenje zavisi o toplini, kao kod liečenja hladnom vodom, kod pošaline, dobraca itd. onda se mora toplina svaka 2—3 sata mjeriti.

Obično se toplina mjeri pod pazuhom. Toplomjer (termometar) metne se debljim krajem, gdje je živa, u šupljinu pod pazuho, sad se pritisne ruka čvrsto uz tielo te se mirno čeka, dok se živa u staklenoj cievi, koja je iznad pazuha, digne; — to obično traje 8—10—15 minuta. Istom kad vidiš, da živa dvie, tri minute sve na istoj visini stoji, možeš znati, da je toplomjer svoju dužnost učinio.

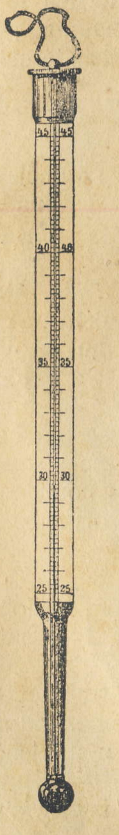
Ako liečnik sam ne mjeri toplinu bolestnikovu, već nalaže, da to tko drugi obavi, tad se mora zabilježiti, u koliko se sati toplina jutrom ili večerom mjeri, te koliko stupnjeva ista ima.

Važnost mjerenja topline u bolesti je neprocjenjiva, zato bi trebalo da je u svakoj obitelji toplomjer i da svaka majka zna, kako treba s njim postupati.

U novije vrieme upotrebljuje se tako zvani maksimalni toplomjer. Kod ovoga ne pada živa, kad se odstrani od bolestnikovog tiela. Kad hoćeš da s takovim toplomjerom opet mjeriš toplinu moraš ga stresti na pr. kao kad bi htio pero od crnila otresti — a to zato, da živa spadne i da dodje do svog opredieljenog miesta.

TOPLOMJER.

Za liečničke svrhe upotrebljuje se pri mierenju topline izključivo toplomjer po Celsiju, koji je na 100 stupnjeva razdieljen. Ovakav toplomjer nije samo na stotinu stupnjeva razdieljen, već se i svaki stupanj na 10 čestica dieli. Izmedju svakoga stupnja opazit ćemo još devet manjih crtica, te ćemo toplinu kod bolestnika, kojoj je živa iznad 38°, sve do šeste manje crtice došla, označiti ovako 38·6.



Sl. 119. Toplomjer po Celsiju.

TRAKAVICA.

Trakavica (velja bubina, pantljikara, Bandwurm, Taenia) je gljista, koja ima svoje ime odtuda, što naliči na trak ili pantličicu. Ona ne dospije u čovječje tielo u obliku izrasle trakavice, već u obliku vrlo sićušnog mjehurića, u kome je mali crvić, a ovaj se u čovječjem tielu u pravu trakavicu razvija.

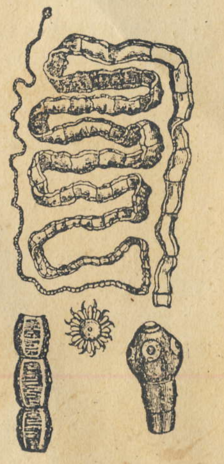
Kad takav mjehurić dospije u želudac, onda se kroz želudačnu probavu mjehur uništi, a crvić dalje živi i u crieva putuje, da tamo dalje raste.

Od svake čestice, koja se od trakavice odkine, može se i opet mjehurić sa crvićem zavrgnuti, ako dospije na sgodno miesto, gdje će se preobraziti moći. Ova preobrazba crvića na trakavicu i trakavice na crvića ne sbiva se nikada u jednom te istom tielu.

U čovjeku se samo crvić razvija u trakavicu i to ako dospije za njegov razvitak na sgodno mjesto, a to je samo želudac; ako dospije na jetra, pluća ili na kožu, onda ostaje u svom mjehurčastom obliku i onda se zove echinococcus.

Eto kako se život trakavice razvija. Zadnji članci ovoga nametnika, koji stanuje u čovječjem crievu, odkinu ili odiele se od trakavice, te izpadnu sa čovječjim izmetinama. U tim člancima ima za razplodbu sposobnih jaja. Ako sad koja životinja te izmetine proždre, to ona jaja provrtaju tienke crieva i dospiju u meso one životinje;

ovdje se ova jaja obrazuju na ikrice, sićušne mjehuriće sa crvićem, kao što smo ih malo prije naveli. Ako sada čovjek pojede takovo ikričavo meso, onda se onaj mjehurić, došav u želudac, od želudačnog soka uništi, a crvić u trakavicu preobrazuje. Ovo je raznim pokusima dokazao Küchenmeister. U svinjskom i govedjem mesu razviju se takovi mjehurići, iz kojih se svaka svoje vrsti trakavica razvija. U čovječjem crievu živu tri vrsti trakavice: jedna koja se dobije od svinjskog mesa, druga od govedjeg i treća dospije u obliku jajeta s vodom u čovječje crievo.



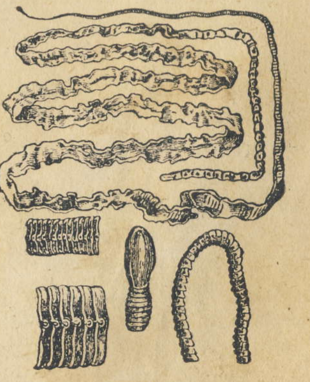
Sl. 120. — Trakavica sa dugim člancima.

Tko želi, da je siguran, da od svinjskog mesa ne dobije trakavicu, neka ga dobro prokuha, izpeče ili valjano osuši, jer ovako uništuje dalnji razvitak trakavice.

Vrlo su različiti osjećaji onih, u kojima se trakavica nastanila. Njetko ništa ne osjeća, ter slučajno vidiv izmetine, zna, kakovog gosta u crievima ima. Njekoji put bude mu mučno, bljuje, trbuh ga boli, slina mu jako na usta ide. Ovo najviše osjeća, kad jede haringe, luka ili hrena. Drugi opet, obično tko je slab, dobije proljev, omršavi i iznemogne. Kadkada trakavica tako silno razdraži živce u crievima, da se i grčevi od nje pojave. Ako bi tko takove pojave na sebi opazio, ne smije se ipak od trakavice liečiti, dok u izmetinama ne vidi komadiće od nje, jer tek onda je sasvim siguran, da od nje strada.

Nebrojeni su liekovi, koje preporučuju, da se čovjek od trakavice izlieči. Od mnogih da navedemo samo njekoliko i to one, koji najbolje dieluju. Liečenje od trakavice možemo podieliti u tri dobe. Prva je doba priprave, druga uzimanje lieka, a treća je čišćenje od nje.

Doba priprave traje dva tri dana prije uzimanja lieka, a sastoji se u tom, da bolestnik umjereno živi i da uzme liek za čišćenje obično dvie tri žlice ricinovog ulja. Za ovo dva tri dana, da se crieva izprazne, neka samo jede juhe, haringe, šunke, luka i oštrige, a može da jede i kupine, ako ih baš u to vrieme ima. Od zrnja ovih bobica razboli se trakavica.



Sl. 121. — Trakavica sa širokim člancima.

Kad prodje vrieme priprave uzima

se liek. Dva tri sata poslie toga treba trakavica da izadje. Ako bolestnik nema stolice, treba mu dati za čišćenje ricinovog ulja ili što drugog, što sili na dvor. Samo ako je trakavica s glavom izašla, može bolestnik siguran biti, da se je od nje izliečio. Zato treba nečist dobro pregledati i u tu svrhu na posebni lonac izaći.

Najbolji liekovi proti trakavici jesu: kora od narovog korjena (Granatwurzelrinde), papratov korjen, cviet od biljke kuso (Coussoblüten) i kamalov prašak (Kamalapulver). I terpentinsko ulje mnogo se je kao liek od trakavice upotrebljavalo.

Kora od narovog korjena upotrebljuje se ovako: Uzmi 50—100 grama kore, nalij na nju 400—800 grama vode, te ju ostavi da se kiseli 24 sata.

Ovu vodu treba bolestnik da izpije na tri puta, dok je još na tašte. Ili neka korjen u vodi dotle kuha, dok se voda na polovicu ukuha, pa neka ju onako pije kao i onu što se je kiselila. — Bolje je da pije bolestnik vodu od kuhana korjena, jer će ga manje trbuh boliti i ne će ga tako na bljuvanje siliti, nu za to će opet od nekuhane vode trakavica sigurnije izaći. Ako bolestnik dva tri sata poslie lieka na dvor ne izadje, treba da mu se daje jedna žlica ricinovog ulja.

Korjen od paprata izvrstan je liek proti širokoj trakavici. Od praška, koji se dobiva od kore papratovih žila, neka bolestnik uzme 2—3 puta u jutro 2—4 grama.

Ljekarnik može i pilule od papratovog korjena da napravi te ih treba uzeti 1—2 u težini 1—2 grama. Njekoliko sati poslie lieka daj bolestniku jednu žlicu ricinovog ulja.

Cviet od Cousso uzme se 8—15 grama, natapa se u vodi, pa se pije ili se od njeg napravi pekmez s medom, te kad bolestnik u jutro popije šalicu kave, neka za njom taj liek uzima i to na dva puta; od jedno do drugog obroka neka prodje pol sata. Ako bi se smučilo, treba mu dati jednu šalicu čaja od metvice ili malo limunovog soka.

Treba mu dati nješto za čišćenje, ako ne bi poslie 2—3 sata stolice imao.

S praškom od Kamala lieči se ovako:

U oči dana, kad će se bolestnik liečiti, neka na večer skuha luka na vodi, pa neka tu juhu pije. Taj dan, kad liek uzima, neka čini ovako. Neka skuha čaj od metvice, u jednu šalicu toga čaja neka uspe 10 grama Kamalovog praška, pa neka taj čaj na jedanput popije. Poslie dva sata, neka opet takovog čaja s praškom popije. I kad poslie drugog obroka dva sata prodju, neka po treći put isto takov čaj s onim praškom popije. Recimo, da počme liek uzimati u 6 sati jutrom, to treba do 10 sati da potroši 30 grama praška. Izmedju ona dva sata, što ne uzima liek, može se dati bolestniku šalicu čaja ili mlieka. Kad je u 10 sati posliednji prašak uzeo, treba da u podne uzme 1—2 žlice ricinovog ulja.

Terpentinsko ulje isto tako djeluje kao i navedeni liekovi, ali se ipak samo u izvaredno riedkim slučajevima preporuča, jer lahko razdraži mokraćne organe, pa se mogu isti razboliti. Ovo ulje daje se čisto ili s medom i to 25—50 grama.

Kao liek od trakavice poznata su u narodu sušena zrna od tikve (buče, bundeve, cokve, dubleka). Kadkad može da se izbaci trakavica od njih, ali sasvim siguran liek nisu. U dobi priprave dobro je da bolestnik ovakova zrna jede, jer pripomažu, da drugi liek bolje i sigurnije djeluje.

TRBOBOLJA.

Iz različitih uzroka može trbuh zabolieti. Trbobolja lieči se po tom, što je uzrok boli.

Trbuh može zabolieti, kad tko ima katar crieva, a isto tako kad se tko otruje ili kad ima užgalinu opne trbušnice; kad je mjesečnina neuredna, kad tko ima prištinutu kilu, kad ima kamenčiće u bubrezima, u žučnom mjehuru ili kad se odviše plinova u crievima nakupi.

Treba dakle ukloniti, što je uzrok, da je trbuh zabolio. Obično za boli dobro će doći ovi jednostavni liekovi.

Ugrij vunene marame ili šalove, pa si njima trbuh zamataj ili metni na trbuh vruću ciglu, tanjur, opeku itd. Možeš u kesici ugrijati brašna, pepela ili pieska, pa na trbuhu držati.

Njekomu pomaže, kad pije jake rakije. Pij čaj od titrice, rutave metvice ili uzmi drugi kakvi topli napitak. Možeš uzeti i 5—10 kapljica driemkove tinkture (Opiumtinktur).

Ako te trbuh boli, što si zapečen, uzmi klistir s mlakom vodom i uljem ili sapunicom itd.

TRLJANJE.

U novije vrieme upotrebljuje se trljanje (kneten, Massiren) vrlo često. Trljanjem se na bolestnim mjestima upijanje sokova pospješuje, da se time one tvari, koje su bile uzrok bolesti, iz tiela što prije odstrane ili da se trljanjem obticanje krvi pobudjuje i da snažnije bude, jer se bolestne česti bolje hrane, kada k njima krv brže i snažnije pritiče.

Ovaj starovremeni način liečenja potiče iz iztoka. Japanci su u tom poslu vrlo vješti. Jedne novine od 1876. god. pišu: »U Japanu znadu osobitom vieštinom trljati i gnječiti. Za ovu vieštinu doznali su u turskim kupaonicama. U Japanu ima učitelja, koji se podučavanjem ove znanosti bave, a učenici su im ponajviše ljudi, koji su od boginja osliepili, te si ovim poslom naime trljanjem i gnječenjem svakdanji kruh zaslužuju; takove sliepce zovu Ammazant. Kakov nazor oni umjetnici liečničtva o trljanju imaju, ne možeš biti na čistu, jer su

im pojmovi anatomije i patalogije vrlo nejasni, te si ih svaki po svojem najboljem uvjerenju tumači.

Kad tko ima reumatizam, koji se je od skora pojavio, a isto tako kad se tko radom odviše utrudio, onda se bolestna čest svojski trlja. Ako li je bolest već od duljeg vremena, onda se bolestna mjesta samo slabo terljaju, ali se zato snažnije trlja i gnječi okolo onog mjesta, gdje boli. Amazan je toga mnienja da »otrovnu vodu«, koja je uzrok bolesti pokrene i razvuče po onom mjestu, gdje snažnije trlja. Dakle »liečenje odvodnjom bolestnih sokova«.

Kod nas se trljanje i gnječenje upotrebljuje kod kljenuti, užgaline dolnjih žliezda materice. Gnječenjem steže se materica, zato se ono upotrebljuje, da boli budu snažnije, kad su u trećoj dobi porodjaja slabe.

Ako poslie porodjaja nastupi silan krvotok iz materice vrlo je koristno gnječenje i trljanje, jer se njime materica steže, a ovo stezanje ustavi krv.

TRLJANJE KOŽE.

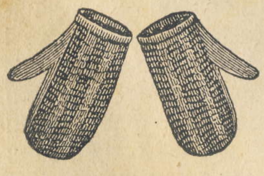
Tielo taremo (Abreibung), da nam krv prama površini kože bolje pritiče. Ovo pritіcanje krvi možemo i opaziti; čim krv više pritiče, koža pocrveni. Na onom mjestu, gdje je krv pritekla, koža se uzruja i osvježi, te na bolji rad potiče ustroje, koji su u njoj usadjeni, a ti su: žliezdice, koje izlučuju znoj i mast.

Kad koža ovako djeluje, onda i krv brže teče, a time se i sokovi u tielu brže i bolje izmienjuju i obnavljaju.

Uz ovu velevažnu korist imamo još i drugu, o kojoj ćemo malo poslie govoriti.

Trljanje nema uviek jednake posliedice; ove su različite prema tomu, čim se i kako se tare, te kakova se toplina pri tom razvija.

Razlikujemo dva načina trljanja, suho i mokro. Kad kožu čim suhim tareš, onda privučeš krv prema površini kože; tim se dosta velik dio krvi odvodi od nutarnjih ustroja i krv brže teče. To isto će se pojaviti, kad se brzo okrećemo ili živahno hodamo. Taj način trljanja dobro će doći onima, kojima krv neredovito teče, — bi reć zaustavlja se u svom toku, — a to se često dogadja onima, koji mnogo sjede ili od šuljeva pate.



Sl. 122. — Rukavice za trljanje.

Suho trljanje obavlja se ovako: Ruku ćeš omotati krpom od flanela ili ćeš navući lih za taj posao napravljenu rukavicu (sl. 122.). Trti ćeš po svem tielu, brzo, jedno za drugim, nečasiv mnogo. Najsgodnije vrieme za taj posao je jutro i to odmah, čim se iz postelje digneš. One dielove kože, pod kojima su debeli slojevi mišica, treba snažnije trljati, a

ostale dielove slabije. Ako ne možeš na sve strane rukom dokučiti uzmi četku sa dugačkim držalom. Kad trljaš četkom od štetine (slika 123.) ili od ocela na mjesto flanelom ili rukavicom, trljanje je još snažnije i valjanije.



Sl. 123. — Četka za trljanje.

Mokro trljanje ne djeluje na kožu tako silno kao suho, ali zato je vrlo dobro po živčani sustav. Mokro trljanje budi raznoliku toplinu, koja živce osvježuje i oživljuje. Kad mokro tareš uzmi ili toplu ili hladnu vodu. Ako su živci uzrujani, topla voda primiri živce, od hladne vode oživljuju živci. Toplom ćeš vodom trljati nervozne osobe, a hladnom one, koje su tihe naravi.

Hladno trljanje čini ovako. Zamoči ponjavu. (plahtu), u hladnu vodu, pa ju dobro izciedi. Ponjavu razširi i bolestnika svega od vrata počamši zavi. Brzo onda treba bolestnika duž cieloga tiela dlanom trti.

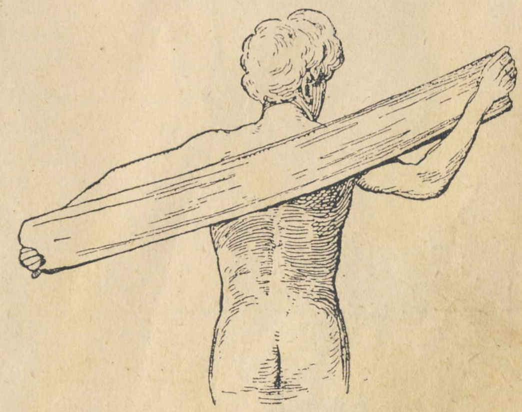
Ako se tielo nije dovoljno razhladilo, umoči još jedanput ponjavu u vodu, te isto tako bolestnika umotaj i protrljaj. Poslie trenja neka legne kolestnik u postelju. Ako je tako slab, da ne može na nogu stajati, treba da ga drže izpod pazuha. Kad se bolestnik protare, treba ga suhom ponjavom posušiti i dobro iztrti.

Ako se tko trlja hladnom vodom zato, da mu tielo otvrdne, ne treba da legne u postelju, već neka se obuče, te prema vremenu ili se prošeta vani na svježem zraku ili u svojoj sobi.

Kad treba tielo mokro ili suho trljati, kazat će se, kad bude govor o bolestima, kod kojih se trljanje upotrebljuje.

Poslie obične kupelji, kojom se tielo čisti, dobro je, da se ledja trljaju mokrim ručnikom (vidi sl. 124.).

Trljanje cieloga tiela je veoma probitačno za to, jer se može djelovanje njegovo udesiti prema tomu, da li je ponjava manje ili više mokra. Što je manje vode u umočenoj ponjavi, to slabiji je uticaj studeni na kožu.



Sl. 124. — Trljanje hrbta mokrim ručnikom.

Kako se mokra ponjava opet toliko ugrije, da studen više ne utiče na kožu, umoči se opet u vodu, a to čini tako dugo, dok nisi postigao, što si htio, naime ili da se tielo očisti ili

ohladni ili trlja (frotira). Ljeti se možeš dva puta tako trljati, u jutru i u veče prije spavanja.

Trljanje cieloga tiela pravi se ovako: uzmi veliku ponjavu, umoči ju u 18°—20° R. mlakoj vodi, izciedi ju i umotaj njom cielo tielo bolestnikovo, od vrata do pete (sl. 125.), da je kao u kakav plašt umotan i onda ga rukama čvrsto trljaj, osobito bedra i noge, onda ga suho protrljaj; na to neka legne u postelju, da se ugrije.

Isto tako može se cielo tielo protrljati mokrom, krupnom rukavicom (vidi sl. 126.).

Ovakvo trljanje uviek se mora činiti u toploj sobi, a neka nipošto dugo ne traje, nego neka je što kraće.

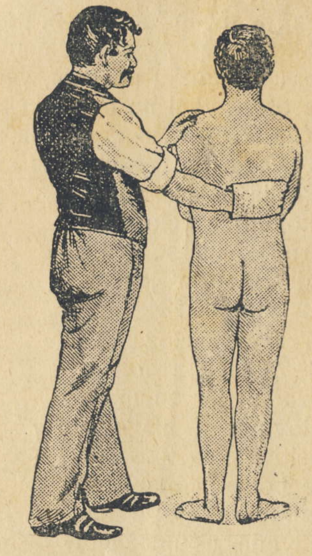
Poslie trljanja lezi u postelju ili se obuci, pa se malko prošetaj.

Da znaš, kako se ponjava kod trljanja ima složiti i tielo njom obaviti, čini ovako:

Uzmi ponjavu, jedno 2½ metra dugu i 2 metra široku, metni ju u vodu (koja može kod zdravih i malo hladnija biti, dakle 15°—24° R), neka malo leži u vodi, da se dobro vode napije, izvadi je onda, pa ju samo malo izciedi. Uzmi onda ponjavu za jedan ćošak, te je po širini naberi tako, da su ti nabori nad rukama, kako vidiš na sl. 127.



Sl. 125. Trljanje cieloga tiela mokrom ponjavom.



Sl. 126. Trljanje cieloga tiela krupnom rukavicom.

Uzmi sad mokru ponjavu u desnu ruku, bolestnik diže ruke malo u vis, i tako omotaj ponjavu izpod lievoga pazuha. Bolestnik spušta

ruku, da vlažnu ponjavu drži, onda ju omotaj preko ledja kroz desno pazuho i drži je čvrsto. Sad ju podigni preko prsa i lievoga ramena



Sl. 127. — Kako se kod trljanja ponjava nabire.



Sl. 128. — Kako se kod trljanja ponjava meće na tielo.

visoko preko vrata, onda na desno rame, onda preko prsa i lievo rame i nadlakat opet natrag, pa ako je ponjava dosta velika, još jedanput preko desnoga ramena i onda zakvači ćošak na desnoj strani vrata, da se ponjava dobro priljubi oko vrata i gornjega tiela.

Sada izgladi ponjavu posvuda, da se nigdje t. zv. mjehuri ne vide, a to čini što brže, onda trljaj prsa, trbuh i vrat, onda ruke i noge i tako protrljaj cielo tielo njekoliko puta. Još je bolje, ako ti tkogod u tom pomaže.

Poslie trljanja od 2 minute ponjava je topla, te ju možeš opet hladnom vodom politi. Poslie 3 do 4 minute skini mokru ponjavu i umotaj tielo umjesto ove suhom ponjavom, onda opet dobro protrljaj, osobito bedra i noge. Na to neka se bolestnik obuče i neka ide šetati. Ako će u postelju, ne treba suhom ponjavom protrljati.

TRUDNOĆA.

Trudnoća (trudnost, nošenje, bremenitost) zove se stanje, kada se u organizmu počima novi organizam tvoriti i u njem se dalje razvija,

sve dotle, dok ne dodje do onoga razvitka, da sam bez materinjeg tiela živiti može.

Ne da se kazati, kad žena začme i kada trudnost nastaje, jer u čovječjem organizmu nema nikakovog znaka, po kojem bi taj čas upoznati mogao.

Kada žena zanese ili trudna, težka ostane, ne osjeća nikakovu neugodnost ili promjenu. Obično je prvi priznak trudnoće, što mjesečnina u obično vrieme ne dolazi. Drugi znak trudnoće je povraćanje, osobito jutrom, akoprem ima žena, koje samo s večera povraćaju, ima ih, koje se cieli dan s bljuvanjem muče. Ova dva pojava obično su dovoljna, da žena zna, da je zatrudnila.

Mjesečnine žena nikada nema, kada je trudna. No ima slučajeva, da ipak svakoga mjeseca krvotočenje ima. Ovo nije nastalo uslied toga, što je jajašce u jajniku dozrelo, pa se iz njeg odtiskuje, nego se ima smatrati kao odviše velik priliv krvi u matericu, koji se opet iz ove periodično ciedi.

Kada žena zatrudni, sigurno je, da mjesečninu izgubi, ali nije sigurno, da je žena zatrudnila, ako je mjesečnina prestala jer tomu mogu i drugi uzroci biti, naime: promjena zraka i bolest.

Priznak trudnoće jesu neobično žute ili smedje pjege, što se pokažu na čelu, po nosu i kadkad i po prsima. K tomu ima i promjena u živčanom stanju; žena bude vrlo osjetljiva i za svaku malenkost se uzruja.

Ako se je družila oko ono doba, kad se ovakovi znakovi javljaju, tad se doduše kazati može, da je prividno trudna, ali za sigurno se još tvrditi ne može. Ti se dakle znakovi zovu prividni znakovi trudnoće.

Čim se plod više razvija, materica biva veća, ona sad tiska na nutarnje ustroje, a ovo ponajviše osjeća debelo crievo i mokraćni mjehur. Žena mora češće mokriti, a stolica joj je neuredna.

Trećega i četvrtoga mjeseca materica je već toliko porasla, da nema mjesta u maloj zdjelici, već se mora gore podići. Objem ženina tiela biva sve veći, grudi porastu, bradavke bivaju smedje, i dobiju tamni kolobarčić.

Akoprem materica sve veća biva i žena sve više deblja, opet nije sasvim sigurno, da je trudna, jer bolesti materice mogu isto tako uzrok biti, da mjesečnina izostaje, da se onakove promjene na dojkama opažaju i da ženi objem poraste.

Žena će tek onda biti sigurna, da je trudna, kad u petom mjesecu osjeća, da se čedo miče, i kad rukom, kad ju na trbuh metne, napipa česti djetinjeg tiela.

Kadkada se ženi čini, da joj se diete u utrobi miče, a u istinu su to samo prividna osjećanja; mnogo puta takovo micanje histerične osobe osjećaju ili im se to čini, kada crieva krče.

Liečnička pregledba za stalno će znati kazati, da je žena trudna, jer i liečnik će prisluškivati, da li se čuje kucanje djetinjeg srdca. Ako čuje da djetetu srce kuca, ako osjeća, da se čedo miče i ako rukom česti djetinjeg tiela napipati može, tad je sigurno, da je žena težka.

To su dakle pouzdani znakovi trudnoće i da je prošla prva polovica trudnoće, jer se podpuno dobro osjeća, da je čedo živo.

Normalna trudnoća svrši se izmakom 40. nedjelje. Dok se diete rodi, treba da prodje 10 mjeseci po mieni mjeseca računajući, dakle 280 dana ili po kolendaru 9 mjeseci i 6—7 dana.

Kada će žena roditi, može se izračunati po mjesečnini ovako: Od dana kad je nastupila posliednja mjesečnina broji napred 40 tjedana ili devet mjeseci po kolendaru, kojim se još sedam dana dobraja. Ako je na primjer u koje ženske nastupila posliednja mjesečnina 4. siečnja, to je 11. listopada navršio 40. tjedan ili od 4. siečnja do 4. listopada 9 mjeseci po kolendaru; kad se k tomu još 7 dana pribroji, izaći će nam opet 11. listopada.

Još sgodnije ćeš ovako računati: od dana posliednje mjesečnine računaj 3 mjeseca natrag, te im dodaj još 7 dana. Na primjer od 4. siečnja 3 mjeseca natrag, je 4. listopada, a dodaj k tomu još 7 dana, evo ti 11. listopada.

Dakako kod onih žena, kojim su mjesečnine bile neuredne, bit će ovaj račun nesiguran. Pogriešit ćeš za njekoliko tjedana i kod onih žena, koje su možda zaniele prije, nego što je mjesečnina došla.

Po vremenu, kad je trudnica prvi put osjetila, da joj se čedo miče u utrobi, možeš dakako tek u drugoj polovici nošenja računati, jer će trudna žena osjetiti, da se čedo miče tek u polovini petoga mjeseca po kalendaru ili dvadeseti tjedan. Broji se dakle od dana kad je prvi put osjetila, da se čedo miče, 4½ mjeseca po kalendaru napried. Ako je na pr. žena to osjetila 1. svibnja, to bi poslie 4½ mjeseca t. j. 15. rujna imala poroditi.

Ima takovih žena, koje su više osjetljive, a te će prije i osjetiti, da im se čedo miče u utrobi; odviše živahno čedo prije će se osjetiti, pa i onda kad ima vrlo mnogo plodnje vode.

Iz svega ovoga vidi se, da se tek po prilici opredieliti može, kad će žena roditi, točno na dan ne može se kazati, od kad žena nosi, ni kad će poroditi.

Najdosadnije obilježje trudnoće je bljuvanje ili povraćanje. Žene obično prvog i drugog mjeseca trudnoće povraćaju, nu ima i ovakovih, koje tek posliednjih mjeseci povraćaju, tada gotovo sav organizam pati tako, da je kadkad čak nuždno, da se diete uz liečničku pomoć prije vremena rodi.

Nadalje za vrieme trudnoće težka materica natiskuje žile krvice te time se otegoćuje obticanje krvi od nogu i zdjelišta prema srdcu.

Krvne žile po nogama i u zdjelištnih posuda raztegnu se i prepune sa krvlju, odtud postaju gukave žile i šuljevi. Čim je materica veća, tim se više u trbuhu diže, te smeta utrobi, da se ne može valjano gibati, sad i utroba mora uzgor uzmicati, tim opet natiskuje ošit (Zwerchfell), a ovaj opet nema mjesta, da se širi dokle mu je drago, već pritiskuje na ustroje u prsima; disanje uslied toga biva nepodpuno, slabo i samo površno, konačno trudna samo na kratko diše. Ona se vrlo uzrujava, kod svakog i najmanjeg posla umori se brzo i iznemogne.

Kod njekojih trudnica oslabi i mišica, koja zatvara mokraćni mjehur, te ne može vodu držati; čim se nakašlje ili kihne, dapače i kad se glasno nasmije, vode nehotice od nje podje.

Sve ove neprilike izgube se čim žena rodi, i babine kad prodju, žena je opet podpuno zdrava.

Kako da trudnica živi.

Glavno je načelo ovo: Žena, koja je zaniela, ne treba da mienja svoj dosadanji život i običaje, ako su joj ovi bili prema zdravlju i nisu joj škodili; neka dakle živi tako, kako se je navikla dosad živiti.

Odjeća neka je prema vremenu i prema dobi godine, da ne tišti niti trbuh, niti dojke; neka dakle ne nosi steznika i to nipošto poslie trećega mjeseca; mekan prsluk, koji jako ne steže, može nositi; zimi neka nosi prostrane tople gaće i dobre, tople cipele; suknje neka ne veže oko pojasa, već neka joj vise o vrpcama preko ramena; noge neka ne podvezuje tankim tiesnim podvezama; jer će tad oticati; trbuh neka u drugoj polovini nošenja paše sgodnom širokom tkanicom, da joj je lakše nositi i to osobito onda, ako joj trbuh visi.

Trudna žena treba da se **često pere**; po imenu spolovilo neka svaki dan mlakom vodom opere, jer iz njega sve to vrieme oviše sluzi kacka; kupati se može, ali samo u mlakoj vodi, a nikada duže od ¼ sata, pa i to samo po jedanput u 14 dana; samo posliednja dva mjeseca može se i jedanput, dapače i dva puta na tjedan kupati. Prva tri mjeseca nošenja ne smije se kupati, pa i one žene ne, kojim su za nošenja žile po nogu nabrekle ili spolovilo oteklo, pa kojim dosadjuje neduha. U hladnoj ili odviše toploj vodi ne valja se kupati.

Starijim prviskinjama osobito se preporučuje, da se često **kupaju u mlakoj vodi**, jer će im tad spolovilo najbolje mekšati i pripravljati se za porodjaj.

Trudna žena neka se **ne kupa sjedeć** u škafu vode, a i noge neka ne kupa u toploj vodi, već neka ih samo opere. Može se i u rieci kupati, ako je voda topla, samo neka mnogo ne pliva.

Hodanje i šetanje na svježem zraku veoma je probitačno ali neka trudnica odviše ne hoda, da se ne umori; s druge strane ne valja ni

uviek sjediti ili ležati kod kuće i nikamo ne ići; jedno ni drugo ne valja preko mjere, nego sve da se čini s mjerom. Domaće lahke poslove može obavljati; težki poslovi moraju joj se zabraniti, primjerice rublje valjati, pod ribati, težke stvari dizati ili vući ili ih nositi na glavi itd. Prva tri mjeseca neka se trudna ženska ne vozi, pogotovo na hrdjavim kolima ili po hrdjavu putu, jer potresena lahko može čedo pobaciti; kasnije može putovati, osobito ladjom ili željeznicom, ali neka pazi da se dugo ne vozi i da se putem odviše ne umori. Strogo joj treba zabraniti plesanje (tanac, igra), trčanje nizbrdice, skakanje, penjanje uz strme skaline; da se ne proteže, primjerice kad hoće s visoka što da dokuči ili kad vješa rublje itd. Neka ne ide onamo, gdje se sakuplja mnogo ljudi, na pr. u punu crkvu, krčmu, kazalište itd. jer je u takovim zatvorenim mjestima zrak pokvaren, te bi se žena lahko mogla onesviestiti.

Trudna žena neka **spava** u najljepšoj sobi, gdje ima najviše i najboljega zraka, te da ovakovu sobu, kao i onu, u kojoj je preko dana, svaki dan njekoliko puta prozrači, otvarajuć prozore i vrata. Neka se kani hrdjava običaja kadjenja sobe tamjanom, borovicom ili čim drugim, jer tako se ne popravlja zrak u sobi, nego je onda osim smrada još i dim. Zrak se obnavlja samo onda, kad se prozori i vrata često otvaraju.

Trudna žena neka **jede** dosta, ali ne odviše i neka jede ono, što je do sada običavala jesti, ako joj to nije nahudilo. Jela neka joj se lahko probavljaju; na to neka pazi poglavito poslie prve polovine nošenja. Zdravo je jelo meso, povrće i voće; a sočiva, graška, pasulja, težkih tjestenina itd. neka ne jede ili bar vrlo malo, jer sve to napuhava. Bielu kavu može piti, ako se je na to priviknula.

Ne treba trudnoj ženi sve ono jelo dati, što joj se prohtije; ali je i ne treba siliti, da jede, od čega joj se gadi. Pod kraj nošenja neka mnogo ne večera. Da joj se jutrom često ne smučuje ili da ne bljuje, neka kavu i u obće zajutrak jede, dok je još u postelji; po danu neka više puta nješto založi, ali svaki put samo po malo. Najbolje je da trudnica **pije** samo zdravu čistu vodu; nješto vina s vodom, lako pivo može s mjerom piti, ako je to prije činila, nu neka se okani žestokoga pića, kao čaja, rakije, crne kave, jakoga vina itd.

Trudnica mora na to paziti da **ide uredno radi sebe.** Ako je zatvorena, neka promieni hranu ili neka jede više povrća ili kuhana voća, neka pije šećerom (sladorom, cukorom) zasladjene vode i neka se prošeće na čistom zraku. Trudnoj ženi nije slobodno da pije kakove liekove, koji tjeraju na polje, najbolje je, da se dade klištiriti, ako joj drugo, što je prije rečeno, ne pomaže. Isto tako ne smije si krv puštati.

Kadgod trudnicu na vodu tjera, neka je pusti, a ne da je dugo drži, jer bi joj to nahuditi moglo.

Ako joj **voda stane**, treba na trbuh da meće tople obloge, da pije nješto sluzava na pr. čaj od slieza.

Trudnica treba da **uredno spava** i to više nego netrudna. Dugo i često bditi s kojega mu drago uzroka, ne valja, jer će nestajati snage. Trudnica neka ide prije pol noći spavati, pa neka sedam do osam sati prospava. Ali ne valja ni premnogo spavati, jer to smeta obticanju krvi i probavi.

Da žena uzmogne sama **dojiti** svoje diete, treba da već za nošenja njeguje svoje bradavke. Treba da ih **često pere** sapunom i mlakom vodom, ali neka pazi, da ih nimalo ne pritiskuje. Bradavke treba tako pripravljati, da ih bude moglo diete ustima zahvatiti. Ako su premalene, pače i plitke, moraju se 6—8 nedjelja prije porodjaja svaki dan sa dva prsta potezati. Dugo ih ne valja izvlačiti, jer bi se onda mogla i maternica stezati, a to bi moglo lahko dati povod preranu porodjaju.

Ako je **koža na bradavicama** tanka i nježna, mogu se češće prati rakijom, hladnom vodom, rumom, kolonjskom vodom, ili crnim vinom.

Trudnice neka se što manje druže s mužkarcem, osobito one, koje su već jedanput pometnule, jer to im matericu odviše draži, pa onda lahko pometnu.

Trudnica treba da je **mirne i vesele ćudi.** S toga se trudna žena mora više, nego ikada prije čuvati svih žestokih strasti i čuvstava, te paziti, da ne goji nikakovih žalostnih i nemilih misli, jer često biva, da žena više oćutna od prevelike žalosti, radosti, srčbe ili straha oboli od grčeva ili ju krv oblije i pometne.

Mnoge se trudnice boje, da bi se što no vele **»u što zagledale«** pa da bi onda nagrdče porodile. Taj suvišni strah neka si svaka izbije iz glave. Diete se nikada ne radja nagrdno za to, što bi mu se mati tobož bila u što zagledala, t. j. da bi se gledajući što gadna ili kržljava uplašila, da će joj se i utrobni plod tako poroditi. To nije istina i sve što se o tom pripovieda, puke su babje pripoviesti. Diete će se nagrdno poroditi onda, kad je što smetalo razvitku ploda, tako da se pojedini dielovi tiela niti ne razvijaju, pa tako dalje rastu ili je plod sam po sebi obolio ili koji dio njegovoga tiela nepravilno leži, tako da se ne može razvijati. Puko je dakle praznovjerje misliti, da se žena u što zagledati može.

Svaka trudna žena valja da zna, što će sve trebati kod porodjaja, što li za diete, te će si sve to za vremena pripraviti.

Napokon neka se svaka trudna žena posliednjih mjeseci nošenja dade od kakove valjane primalje ili liečnika pregledati. Nepravilni

položaj ploda ili nepravilnost zdjelice takovom pregledbom lahko se doznati može, te se mnogo put zlo ukloniti dade, što ne bi bilo moguće, da se žena nije već prije poroda dala pregledati.

TRUDOVI POSLIEDNJI.

Poslie poroda materica se malo po malo steže, te konačno bude mal ne opet tolika, kolika je prije trudnoće bila. Ovaj nuždni naravski povratak materice u njezinu prijašnju veličinu, zove se povratna tvorba (Involution). Ova nastaje odmah iza poroda i to uz stezanje i dosta silne bole u materici, kojima se kaže posliednji trudovi.

Posliednji su dakle boli ili trudovi samo naravski pojav, proti kojemu ćeš samo onda lieka tražiti, ako su boli vrlo silne.

Za takove nemile boli pravi se klištir s opijem, i to se ugrije obično voda ili se napravi čaj od titrica te se u nj kapne 8—15 kapi driemkove tinkture. Kod prviskinja obično su boli neznatne, dok žene, koje su već više puta radjale, kadkad veoma silne posliednje trudove imaju.

Posliednje su boli nuždne, zato ne treba misliti, da je to kakva bolest.

TRUN U OKU.

Često se dogadja, da u oko uleti mušica ili upadne prašina od ugljena ili gvoždja kod kovača ili od kamena kod klesara i mlinara, kad kamen podkiva ili s brašnom posla ima. Na oko odmah polete suze i ono zaboli. Trun se može izvaditi mnogo puta vrlo lahko ovako: Uzmi sa dva prsta, ako je trun pod gornjom vedjom, trepavice te povuci gornju vedju preko dolnje.

Ako ne može trun da izpadne, neka ga liečnik vadi, a dok ovaj ne prispije, ako ne može sam do njega, neka legne, komu je što u oko upalo, na ledja, te neka metne na oko hladne obloge. Oni će ublažiti i bol i užgalinu u oku.

UGUŠENJE.

Kad se silom disanje obustavi, kažemo da se čovjek ugušio (Erstickung). Ugušiti se može tkogod, kad mu se disanje nječim izvana obustavi t. j. kad se tko objesi ili udavi, ili kad mu se ma čim organi za disanje stisnu i stegnu. Iznutra ugušit će se čovjek, kad strano tielo disala začepi ili kad se uslied bolesti grkljan i dušnik steže i stisne, kao kod zadavice. Ili se na veznicama, koje za govor služe, nakupe gnojuštine ili ima u grkljanu oteklina, koja dušnik steže. Nadalje može se čovjek ugušiti, kad udiše otrovne plinove, ugljičnu kiselinu, posvjetni plin, dim od ugljena; nadalje se može udušiti sumporom, u podrumu gdje vino i pivo vrije, u zahodima itd.

Oni, koji ugušenog vade iz kojeg dubokog mjesta, moraju dobro na se paziti. Prozore i vrata, gdje je ugušeni, treba odmah otvoriti. Ako je ugušeni u kojoj jami uzmi svieću, pa ondje upali, ako svieća gori, nema opasnosti za onoga, tko ide po nesretnika. Izbavljač neka metne u usta spužvu ili maramicu, koju valja octom natopiti. Ako ima da sadje u zdenac ili kakovu duboku jamu, neka sveže oko pasa uže, a jedan kraj užeta neka oni drže, koji okolo na zemlji ostaju; ako bi čovjeku pozlilo, da ga odmah na polje izvući mogu.

Ako u takovoj dubljini ima ugljične kiseline, koja je veoma otrovna, mnogo ćeš pomoći, ako u nju sipaš gašenoga vapna (kreča).

U prostore, gdje misliš da ima svietlećega plina, ne smiješ nikada sviećom ući, jer se taj plin upali, pa bi onda na mjesto jednog nesretnika dva imali.

Ako treba čovjeka izbaviti, koji je zemljom zatrpan, moraš se čuvati, da ga ne bi zemlja ili nasip povredio, ako bi se i nadalje odvalila. Takovog stradalnika moraš pazljivo dići, jer mu je možebit i koja kost slomljena. Čim ga izvadiš, moraš mu usta i nos od zemlje očistiti, da slobodnije disati može.

Ugušenoga treba što prije na čist zrak iznieti. Položi ga sjedečki; čelo i lice škropi mu hladnom vodom i nastoj da mu se vještačkim načinom disanje pobudi. Takovom čovjeku otvori usta, da zrak bolje u pluća unići može. Čim ugušeni k sebi dodje, daj mu da pije malo kave, teja, vina ili bar hladne vode. Liečnik će ga ako bude nuždno i elektrizirati.

Kad se tko uguši, jer je nješto progutao, valja mu to prstom izvaditi. Pri tom ćeš se čuvati da te ne ujede; da toga ne bude, utisni mu medju gornje i dolnje zube komadić drveta ili plutov čep. Ako ne možeš dohvatiti prstom, što mu je u grlo zapalo, gruvat ćeš ga u ledja ili ga podraži na bljuvanje.

Ako ono, čim se čovjek ugušio, nije u disalu, već u ždrielu, onda je kadkad moguće, da zadje u želudac ako pojede komadić hljeba ili kakov mastni zalogaj.

U opasnim slučajevima prorezat će liečnik dušnik ili će drugim instrumentom pomoći.

UHOTOK.

Uhotok ili curenje iz uha ima svoje sielo u nutarnjem, i to u srednjem dielu uha. Curenju iz uha sviet veoma malo pažnje posvećuje, akoprem je to opasna bolest, jer nastaje od užgaline srednjega diela uha, uz koju je obično i opna bubnjača povredjena. Od ove užgaline mogu, ako već nisu, oboljeti i dalnji ustroji, koji zvuk provode.

Uhotok povredja sluh, jer začepi uho, pa takovo curenje i zaudara.

Povjeriš li se liečniku, možeš se nadati, da ćeš podpuno ozdraviti; zanemariš li liečenje, mogu da se povriede najskrajnije nutarnje česti uha i da tad sluh djelomično ili posve izgubiš. Jesu li jednom oni fini ustroji od gnoja razoreni, nema nade da će bolestnik ikada više dobro čuti.

Gnoj ćeš iz uha ukloniti ovako: Uzmi vate iz ljekarne, oprezno njom sabiraj gnoj; ovo je bolje, nego da u uho vodu uštrcaš. U obće u uho ne bi smio nitko uštrcavati, do li tomu vješt liečnik. Istom kad se sav gnoj iz uha ukloni, dolazi red da se uho lieči, i to opet može samo liečnik učiniti.

Jodoform-gaze kad se izreže na uzke trake (pantljike) i u uho utisne, od velike je pomoći. Jodoform-gaze može bolestnik i sam u uho utisnuti, to je jedino, čim se bolestnik bez liečnika liečiti može i smije, kad mu što iz uha curi, inače neka uviek pita liečnika za savjet.

UKOČENOST GRČEVITA.

Izhodište ovoj strašnoj bolesti je bolovanje u hrbtenjači, koja snadje živce kretnike, te grčevito steže pojedine mišice ili ciele skupine mišica. Dvie su osobite neprilike, s kojih ukočenost nastati može,

Rane, i to rane od puške ili ubodine, te ozlede, pri kojima strana tjelesa kao staklo ili trun od kovine u rani ostanu ili prehlada. Po tomu se i veli: Ukočenost grčevita od rane ili uz grč od prehlade. Nastup kod utrnulosti ima veliku sličnost sa nastupom, koji čovjeka kod padavice snadje, samo je ta razlika, što se kod ukočenosti ne izmienjuju mlitavost i napetost mišica, nego grčevita napetost ne popušta, već postojano traje.

Mišice su pri tom tvrde, kao kamen te veoma bole. Po tom, kako su pojedine skupine mišice hrbta ukočene, može da je savijen napried, natrag ili na stranu.

Ako su mišice lica utrnule, to čovjek grozno izgleda. Nastup može njekoliko minuta, a može i do jedan sat da traje. Iz početka riedko kada, nu poslie češće dolazi nastup jedan za drugim. Svako doticanje, šuštenje, dapače i neznatno strujanje zraka može učiniti, da se nastup ponovi.

Čovjek je pri sviesti u toj muci, kad ga nastup snadje. Ako počme žvakati ili gutati, već se nastup povrati, pa ako ovaj sam čovjeka ne uduši, mora za kratko vrieme od velike slabosti propasti.

Nade je, da će nesretnik ozdraviti samo u tom slučaju, ako podje za rukom, da se strano tielo iz rane izvadi, nu i ti su slučajevi vanredno riedki.

Liečenje sastoji se u davanju narkotičnih liekova: opiuma, morfiuma ili udisanja chloroforma. Često pomažu i tople kupelji.

ULJE KAMENO.

Prije su kameno ulje (petrolej) za nutarnji liek uzimali i to 10 do 20 kapi proti sluznom tečenju iz pluća ili iz mokraćne cievi. U naše vrieme samo se kao vanjski liek upotrebljuje i to obično smiešan sa lanenim uljem, za mazanje proti ozebinama i gukama ili čvorovima od uloga.

Kamenim uljem mažu se mjesta, gdje su se zavrgle vaši ploštice i vaši u glavi, da se unište.

Petrolej mogao bi se iz reda liekova sasvim brisati, jer ima drugih liekova, koji nisu toliko opasni, da se upale, a sigurnije djeluju.

ULJE LANENO.

Iz lanenog sjemena (Leinsamen) pravi se ulje, koje se kadkad za klištir upotrebljuje, nu obično rabi za štokakve meleme.

Smjesom od lanenog sjemena pravi se sa ključalom vodom ili s mliekom gusta kaša, te se kao topli oblog upotrebljuje, da otvrdnuta mjesta omekšaju na pr. kad tko ima čir ili kakovu užgalinu, da se tako bol ublaži.

Nestučeno sjeme kuhaju u njekim predjelima, te piju vodu, kad koga kašalj jako podražuje.

ULJE RICINOVO.

Ricinovo ulje daje se za stolicu. Ovo ulje djeluje blago i bez ikakovih boli, zato se i daje, kad treba, da se crievo čuva, da se ne nadraži. Osobito valja za babinjače; daje se 1, 2, do 3 žlice ili 3 veće čahurice, u kojima je ulje. Ricinovo ulje daje se i u klištiru.

ULOZI.

Ulozi (Gicht) su moderna bolest, koja snadje ljude, što razkošno živu i uživaju. Ovu bolest opažamo najčešće u višoj starosti i to većma kod mužkaraca nego kod ženskinja. Ulozi mogu biti i nasliedna bolest.

Još se za pravo ne zna, što je upravo povod ulozima, samo se zna, da se pojavljuju kod onih, koji se sladokusno hrane, a sile svoje radom ne troše prema tomu, koliko se hrane i kako snažnu hranu u se primaju.

Ulozi su dakle čedo razkošnog uživanja. Kod ove vrsti bolestnika nalazi se prekomjerno mnogo mokraćne kiseline u krvi i u onim sglobovima, koji imaju užgalinu od uloga.

Osobe, koje će od uloga oboljeti, već dulje vremena prije, nego će im ulozi za prvi put na vrata pokucati, osjećaju osobite neugodnosti. Tusti ili debeli ljudi prije toga stradaju od šuljeva, apetit im je slabiji, san je nemiran, imaju lupanje srca, spopadne ih njeka tjeskoba, te se češće znoje.

Pošto ove predteče sve češće dolaze, jave se napokon i sami ulozi.

Bolestnici sladko zaspe, ali ih iznenada probudi silna bol, koju u nožnom palcu osjećaju. Bol zna kadkad tako silna biti, da se jadnici od ljute boli drhćuć po postelji valjaju. Po čelu nakupio se znoj, kao velike kapi, ostala im je koža suha, vrela, bilo udara silno, kao da ga što goni; dobiju jaku groznicu, žedja ih vrlo muči.

Prema jutru popuste boli i druge neugodnosti, te je bolestniku preko dana prilično dobro, samo nožni palac još uviek boli, zacrvenio se, te je i otečen.

Sliedeća i druge noći za ovom, opet prodju u takovim mukama, i tek poslie 6—8 dana prvo stradanje jenja.

Palac, na koga su ulozi bili napali, opet se vratio k svom prvom obliku.

Ako sada bolestnik, koga su ulozi svojim posjetom počastili, mario bude za opomenu, te se okani prekomjernog i razkošnog uživanja, to može da su ulozi došli samo taj put, pa nikada više.

Nu pošto su takovi ljudi obično razkošnici u svakom pogledu, težko da će ih ova opomena opametiti, oni obično ostaju kod svoga prijašnjeg života; ulozi se sada to češće pojavljuju, vrieme od jednoga napadaja do drugoga sve to kraće biva, dok napokon ulozi bolestnika nigda više ne ostavljaju.

Tko kronične uloge ima, ne osjeća tako silne boli, ali zato ulozi idu na više sglobova; otok već ne splasne, tvore se tako zvani »nakazni čvorovi od uloga«. Okolo takovih čvorova u sglobovnim veznicama smješa se takodjer mokraćna kiselina, koja se već ne izgubi, te je uzrok postojanoj boli u sglobovima, koja se tim jače osjeća, kad se sglob kreće.

Ulozi su dugotrajna bolest; bolestnici sve više i više propadaju, pojavi li se sad još i kakova druga bolest, to ih ova u grob obori.

Liečenje uloga najviše se u tom sastoji, da bolestnik udesi svoju dijetu. Neka se prodje svakog žestokog pića, mesne hrane, neka samo sasvim malo jede, ponajviše neka jede samo juhu, zelenja i voća. Kave i čaja neka takodjer ne pije.

Preporuča se, da pije čistu izvor-vodu, a osobito za ovakove bolestnike valja voda iz vrela Karlsbad, Marienbad, Kissingen itd.

Ulozi se vrlo lahko izliečiti mogu. Pa ako se i lahko ta bolest izliečiti dade, to se ipak riedko dogadja, da tko od uloga ozdravi. Takav bolestnik sam sebi pripisati ima, ako ne ozdravi.

Čuli smo, da je glavni liek proti ulozima dijeta; nu tko od uloga strada, obično voli, da ga i boli, nego da se okani mastne pečenke, sladkiša, fina vina i raznovrstnih likera itd. Ne samo da takav čoviek treba da se prodje razkošne hrane, već treba da se fizičnim poslom bavi; posao bi mu mišice jačao i osposobio ga, da bi smio i malo više jesti.

Ali kao što takovi ljudi obično ne mogu da se okane mastnoga zalagaja i sladke kapljice, isto tako težko im je, da se nakane latiti se posla.

Kad koga ulozi muče, daj mu da pije mnogo Seltersove ili sodavode. Kažu, tko može da pije što više vruće vode, da je i to izvrstan liek proti ulozima.

Bolno udo položi povisoko, zavij ga vatom, kučinama ili vunom. Liečnici daju Colchicin za nutarnji liek i taj liek vrlo je ljekovit.

UPALA MATERICE.

Upala materice je posliedica jačeg kroničnog katara materice. Sve što je kazano o kroničnom kataru, vriedi i za upalu materice. Razumije se, da liečenje upale materice još veću pazljivost i točnost zahtieva. Ako je već liečenje kroničnog katara dugotrajno i zahtieva mnogo strpljenja, to se još više moramo starati oko liečenja materice. Kod užgaline u materici veziva su se znatno promienila, objem joj je uslied toga veći, a pritisak što ga povećana materica čini na susjedne ustroje — debelo crievo i mokraćni mjehur — vrlo otegoćuju rad ovih ustroja.

Upala materice težko se lieči i s toga, jer svaki put, kad ženska mjesečninu ima, materica se podražuje, a ovo razdraženje uviek nepovoljno djeluje na matericu. Vidimo, da ženskinje svake godine kupališta pohadjaju, da se lieče od ove vrsti bolesti, a ipak se pravo izliečiti ne mogu. Uz kupelji treba i samu matericu liečiti.

Kazali smo, da se veziva u materici izmiene kod upale i da se radi toga i njezin objem poveća. Ovoj ćemo neprilici doskočiti, ako materici oduzmemo ono krvi, što je u vezivu odviše; oduzet ćemo ju pijavicama ili liečničkim instrumentima. To dakako može samo liečnik činiti, koji se bavi i liečenjem ženskih bolesti. Sve ostalo liečenje ima se izključivo prepustiti liečniku, a ne da ženskinje, koje boluju od kronične upale materice, primaju kojekakovih savjeta od drugih ženskih, koje su sličnu bolest pretrpjele. Bolje je, da se odmah povjere vieštomu liečniku, nego da propuste vrieme nadrieлečenjem, onda često i liečnička pomoć prekasno dolazi.

Sluzavo i gnojno tečenje, koje se pojavljuje kod upale materice, štetno djeluje na njena veziva, ako ne može valjano odticati. Za to se mora paziti, da ono iz materice slobodno izteći može.

Gdje ne može ona tekućina slobodno odticati, liečnici svojim instrumentima razširuju ušće materice. Ovakovim razširenjem žena će jamačno ozdraviti.

UPALA OPNE TRBUŠNICE.

Upala opne trbušnice (Bauchfellentzündung) riedko kad sama po sebi dodje, kao što to biva kod ovoj bolesti slične upale porebrice i osrdačja, to jest one tanke opne, kojom su rebra i srce omotani, kao kakovom pretankom kožnom vrećicom. Upala opne trbušnice pojavit će se, kad se trbušnica vanjskim uplivom ozledi; kad se razbole organi, koji su s njome prekriti ili ako ima kakova upala na organima, koji u blizini trbušnice leže, te se od njih i na trbušnicu bolest proteže.

Od vanjske ozlede pojavit će se upala trbušnice iza težke operacije, pri kojoj se je trbušnica ozlediti morala. Amo spadaju operacije, koje se prave, da se odstrane otekline iz jajnika, iz materice, onda kod operacije nenormalne slezene, bubrega itd.; isto tako se trbušnica povriedi i ozledi, kad se prištinute kile odstraniti moraju i kad se kamenac vadi.

K drugoj vrsti upale brojimo onu, koja se pojavljuje radi gnojnica, što ih ima u želudcu, u crievima, u jetrima, radi čirova na slezeni; poradi gnojenja mokraćnog mjehura i kesice, u kojoj se žuč sakuplja.

Kad se čvorovi na tim organima probiju, poteče iz njih gnoj, krv, nečist iz crieva, žuč, žučni kamenčići, mokraća, te se prolije po opni trbušnici, uslied čega se ona upali. Kod žene može se upala opne trbušnice i ovako pojaviti: Jajovodi otvaraju se u trbušnu utlinu, kroz njih može tekućina koja se u matericu uštrcala ili krv koja iz nje teče, kad ne može da se naravskim putem izlije, kroz jajovode u trbušnu utlinu doći, po opni trbušnici se razliti i tako biti uzrokom upali.

K trećoj vrsti upale opne trbušnice brojimo sve upale onih organa, koje su ili posve ili samo donekle opnom trbušnicom prekrite. Amo spada, kad se crieva prištine i upale, kadkad od upale stradaju ženska spolovila, jetra, slezena i mokraćni mjehur.

Kad se upala opne trbušnice proteže samo po njekoj česti, onda se kaže djelomična upala; ako se po većoj česti razširi, onda se veli, da je upala sveobća.

Najglavnije obilježje upale opne trbušnice je silna bol, koju bolestnik po svem trbuhu ili samo na jednom mjestu u trbuhu osjeća. Kad liečnik bolestniku trbuh rukom pretražuje ili kad se težim pokrivalom pokrije, onda osjeća još jače boli. I samo disanje je u savezu sa oboljelim mjestom, a kad kašlje, čini mu se, da mora od boli svisnuti.

Trbuh počima se nadimati, jedno od plinova, što se u crievima razvijaju, drugo što se iz opne trbušnice poput znoja izvija nieka tekućina, koja je s početka sasvim riedka, poslie postaje ljepčiva, sgruša se i ako ju okolo ležeće čestice ne upiju, onda sliepi jedan utrobni organ s drugim; kadkad je povodom, da se ti ustroji i srastu.

Plinovi u crievima i ona tekućina, što se iz opne trbušnice izlučuje, potiskuju ošit gore, time se stisnu organi u grudnom košu. Ovaj pritisak vrlo je opasan po bolestnika, jer se mnogo krvi u plućima nabere, koja ne može pravilno odticati; bolestnik težko diše.

Ni plinovi u plućima ne mogu se podpuno izmieniti; ugljične kiseline se sve više u krvi nakupi, uslied čega bolestnik pomodri.

Uz upalu opne trbušnice pojavi se i neuredna stolica; bolestnik je zatvorena tiela, podriguje mu se; bljuje i ima silnu vrućicu. Toplina je 40° C. i više; bilo udara 110—120 puta u minuti. Bolestnik se jako plaši, u vrlo težkim slučajevima izgubi i sviest, te bunca. Bilo sve slabije udara, leden znoj često ga probije. Takav bolestnik umre za 3 do 6 dana. Ako će od ove upale ozdraviti, bol i groznica brzo popuštaju, disanje je pravilnije, stolica postaje redovita, te se bolestnik počima brzo oporavljati.

Nu i kad bolest na bolje okrene, te bolestnik ozdravi, opet može ono medjusobno sraštenje trbušnih organa postati izvorom neprestanih boli i neuredne stolice; da kadkad može i crievo da se usuče, što može vrlo opasne posliedice imati. Gdjekoji put bolestnik jako sporo ozdravlja; bol i groznica popuštaju, a da se sasvim ne izgube. Bolestnik sve više i više oslabi i propada, dok napokon od velike slabosti životna sila sasvim klone, ter bolestnik umre.

Ovu bolest lahko je razpoznati. Osim rečenih obilježja uvjerit će se liečnik pokucavanjem, bit će mu dokazom u trbuhu nalazeća se tekućina, jer dok druge česti pri pokucavanju osobito zvonki zvuk imaju, kod one česti, gdje se je tekućina nakupila, zvuk je sasvim mukao i taman.

Liečenje ove bolesti treba samo liečniku povjeriti, ne treba okljevati, jer je to opasna bolest, a može biti i smrtonosna.

Dok liečnik ne dodje, metni bolestniku obloge od leda na ono mjesto, gdje silnu bol osjeća i daj mu da svaki 5—10 minuti komadiće leda guta, da ne bljuje.

Kad bolestnik počme ozdravljati, daju mu se lahki liekovi za stolicu, malo, nu dobroga vina i jela, koja su hraniva, lagana i lahko se probavljaju.

UPALA PLUĆA.

Ta bolest ili sama po sebi dolazi ili se pridružuje drugim raznim bolestima, kao što su pašalina, ospice, kašalj-hripavac. Još se pravo

ne zna, koji uzrok upali pluća, kad se sama po sebi pojavi, no u obće se misli, da joj je prehlada uzrok.

Upalu pluća više dobiju mužkarci, nego žene; a oni, koji su ju jednom preboljeli, opet se od ove bolesti vrlo lahko razboljeti mogu; to jest oni lahko naginju na tu bolest. Kadkad boluje od upale pluća u isto vrieme više osoba, te moraš misliti, da ima nieka zaraza, koja je toj bolesti kriva. Pa je u istinu i ima. Pronašli su jednu gljivicu (Pneumococcus), koju smatraju, da je uzrok upali pluća.

I godišnja doba upliviše na upalu pluća; opaža se da se više pojavljuje zimi, nego u drugo koje doba. Udisanje vrlo vrućeg ili vrlo studenoga zraka, onda strana tjelesa, koja zrakom u pluća dospiju, mogu biti povod upali pluća.

Razlikuju se dvie vrsti upale pluća: **krupozna** i **kataralna**.

Krupozna upala počima ovako: sasvim inače zdravo čeljade spopadne jaka zima s drhtavicom, koja traje pol sata, a kadkad i duže, dapače i više sati, onda ga baci u veliku vatru. Ovakova drhtavica više se ne pojavlja, te se upravo tim obilježjem razlikuje od groznice u drugim bolestima. Uz drhtavicu prvoga dana ide jaka groznica, koja već sada 39—40° C. pokazuje. Groznicu sliedi glavobolja, nemoć, umornost, žedja, jezik je biel, a bolestnik nema nikakvog apetita.

Uz ova obća obilježja groznice, javljaju se i simptomi po kojima se brzo uvjeriti možeš, da su pluća oboljela. Evo najsigurnijeg obilježja: bolestnik počima brzo, na kratko disati. Bez ovakovog disanja upala pluća nikad se ne pojavljuje. Ovakovo disanje nastaje za to, što kod upale pluća nastaje izcjedjivanje u plućne mjehuriće, a ovo prieči naravsko disanje u onom dielu pluća, gdje se to sbiva.

Kad diše, osjeća boli na onom mjestu, gdje je izcjedjivanje, zato se trsi, da brže diše, da se nuždnim kisikom obskrbi. Takav bolestnik u jednoj minuti 40—50 puta diše, a i sama groznica troši mu više kisika. Bolestnik osjeća i probadanje ili protisli na onom mjestu, gdje su pluća bolestna, a može da osjeća probadanje i na sasvim protivnom mjestu od onoga, gdje je u istinu bolestan. Malo po malo, počima i kašljati; čuva se, da se ne nakašlje, jer kad kašlje, još ga gore boli, nego kad diše. S početka ima malo čiste pljuvotine, poslie se u njoj opažaju i pruge od krvi, koja je smedja kao hrdja, te je važno obilježje upale pluća.

I po groznici poznati možeš, tko je od te bolesti obolio. U jutro groznica popušta, na večer je jako žestoka, te ima 40—41° C. Prvoga, 3., 5., 7. dana, dakle u dan kad je neravni broj, groznica je jača, nego u danu, koji je parovan, na pr. 2. ili 4. dan. Te dane možeš točno upamtiti, jer groznica počima prvim danom jaka biti. Lice bolestnikovo je modrikasto, naduto; to se pripisuje mnogoj ugljičnoj kise-

lini, što je u krvi ima, jer ne može bolestnik pravo izdisati, da se krv ugljične kiseline oprosti. Na bolestnikovim ustnama ima kadkad mjehurasti osip.

Kad je bolest nekoliko dana potrajala, oko sedmoga dana stigne na najveći vrhunac, onda opet jednim mahom popusti. Upala pluća je jedina bolest, za koju bi se moglo reći, da ima krizu. Bolestnik boreći se s najljućom groznicom, jedva diše, možebit je i sasvim bezsviestan; svaki put kad se zakašlje, na licu mu poznaš neizrecive boli; mučeći se tako, misliš, sad će dušu pustiti; iznenada se primiri, misliš izdahnuo je, kad tamo, a on se uljuljao u dubok san, po čelu i tielu obasuo ga kao kaplje krupan znoj, pipaš ga i znoj i bolestnik topao je, osjećaš, da mirno diše. Taj san zna 5—6 sati potrajati, a da se bolestnik i ne makne; kad se iza sna probudi, sviestan je, ne osjeća ni boli, ni groznice, uz to mirno, rekao bi, naravski diše. Ako normalno bolest prolazi, biva bolestniku svakim danom bolje; ozdravljenje sliedi bez ikakovih zapreka; bolestnik je poslie kratkog vremena opet zdrav i čil.

Katarrhalna upala pluća pojavi se ili s toga, što bolestnik već od dulje vremena od katara dušnika strada ili se javlja uz drugu kakovu bolest; ova upala pluća napada rado na pijanice i na ljude, koji ni prije nisu pravo zdravi bili; ne prodje s lahkim, kao što krupozna.

Bolest istina nije tako nagla, ni toli žestoka, ali se zato bolestnik ne može ni tako brzo i podpuno zdravlju povratiti.

Starci mogu u toj bolesti i umrieti prije, nego bolest do najvišeg razvitka stigne, zato je upala pluća kod staroga svieta uviek opasna bolest.

Pijanice nisu u manjoj opasnosti od staraca; i oni brzo bolesti podlegnu. Od upale pluća mogu i najsnažnije osobe umrieti i to poradi kapi u plućima.

Kod svake upale pluća prenapune se krvlju one česti pluća, koje su zdrave ostale. Radi toga zaustavlja se krvotok; izcjedjivanje može nastati i u zdrave plućne mjehuriće, te tada i ovi za disanje postanu nesposobni a čovjek se uslied toga uduši.

Upala pluća zna opasna biti za vrieme epidemične influence.

Osim po navedenim obilježjima liečnik pozna upalu pluća pokucavanjem i prisluškivanjem.

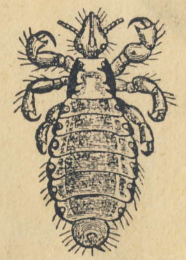
Upala pluća u naše se vrieme lieči obično ovako: Liečnici nastoje, da se organizam od daljnjih povreda očuva; u samu bolest ne pačaju se mnogo; pri svem tom krasni su uspjesi ovakovog nastojanja oko bolestnika.

Ako nisu pojavi ove bolesti jako žestoki, najbolje je da se ne uzima nikakav liek.

Boli ublažit ćeš studenim oblozima. Priessnitzovim zamatanjem, a sve ostalo prepusti liečniku, koga ćeš svakako zvati svaki put, kad se komu upale pluća.

UŠ GLAVE.

Ta nametnica ima sisalo, te spada u rod zareznika Hemiptera. Uš se na glavi čovječjoj zavrgne samo prenašanjem s čovjeka na čovjeka i to se prenose jaja, »gnjide« zvane ili same uši. Ovi se nametnici vrlo brzo razplode, te su za 18 dana već podpuno izrasli. Uši čine, da je na glavi dosadni svrab, zato se i mora neprestano češati, tko uši na glavi ima. S češanjem ljušti se koža, te bude od tog i vlažni osip, pokažu se naime čibuljice, ove se noktima razderu, kad se čovjek češe i malo po malo lišaj se razvio.



Sl. 129. Uš glave.

Tko se želi oprostiti od ovoga gada, mora utamaniti i gnjide i uši, pa jer se gnjide drže za kosu, najbolje je, da se kosa u ženskinja na kratko reže. Komu se ne će kose odrezati, neka glavu posipa »praškom za uši«, neka kosu dobro gustim češljem češlja i neka kefom glavu kefa. Njeki pomiešaju ulja i octa te njime glavu mažu; vele, da od toga uši brzo uginu.

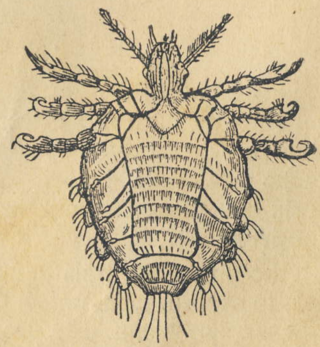
Vlažni lišaj, koji je glavu napao, jer je ušljiva, lieči se kao što je rečeno pod lišaj.

UŠ ŠIROKA.

Široka uš (pljoštica, Filzlaus) ne živi po koži na čovječjoj glavi, već se ona nastani po drugim, kosom obraslim stranama čovječjega tiela, a nalik je običnoj uši, što je na glavi.

Gdje se ova nametnica životinjica nalazi, tamo čovjeka uviek svrbi. Svrab naravski traži, da se češe, a češanje opet za sobom vuče upalu kože, te nastanu po ovim mjestima kožni osipi. Najobičnije sjedište uši pljoštice jesu vlasi po trbuhu, oko spolovila, u pazuhu, u bradi i na obrvama.

Najbrže i najsigurnije se čovjek ove nametnice riešava, kad se maže sivom masti od žive (Quecksilbersalbe). Ova se čvrsto utire po onim mjestima, gdje se pljoštica nastanila.



Sl. 130. Uš široka (pljoštica).

Može se dva dana jedan za drugim mazati i to po dvaput na dan. Da se mast opere i laglje mrtve životinjice uklone treba dotični da se poslie toga okupa.

Kad se mažeš ovom masti, poskidaj sve prstenje od zlata, inače se ovo posrebri.

UŠTRCANJE PODKOŽNO.

Ljekarije se raztope u kojoj tekućini, ako nisu same po sebi tekuće, te se onda štrcaljkom, koja na iglu naliči, pod kožu uštrcaju.

Takova štrcaljka sastoji od valjka, koji je načinjen od stakla ili od kaučuka; te je obično tako velik, da u njeg jedan gram tekućine stane. Štrcaljka ima tučak i igli sličan nastavak.

S ovakovim uštrcanjem ne samo da se ljekarije brže i bolje po tielu razilaze, nego kad se gutaju, pa se istom kroz želudac po tielu razidju, već su i sasvim neodvisne od volje, tjelesnog i duševnog stanja bolestnikovog.

Kad se pod kožu uštrcava, bol je jedva tolika, kao kad se tko iglom ubode.

Za podkožno uštrcavanje upotrebljuje se obično morfium proti grčevom, sumporov etir proti nesviesti i naglom propadanju sila, da se životna snaga opet razbudi, atropin proti grčevitoj ukočenosti (Starrkrampf), bjesnoći i otrovanju sa morfinom, kamfor onda, kada i etir (on se topi u ulju od uljike), ergotin proti krvotoku, sublimat proti bludobolji; pilokarpin da se tielo znoji i izluči slina, strichnin proti kljenuti i ukočenosti, ljekovita surutka (Heilserum) proti difteriji.

Štrcaljka, kojom se pod kožu uštrcava, zove se po svom izumitelju »Pravazova štrcaljka«.

UŠTRCANJE U NOS.

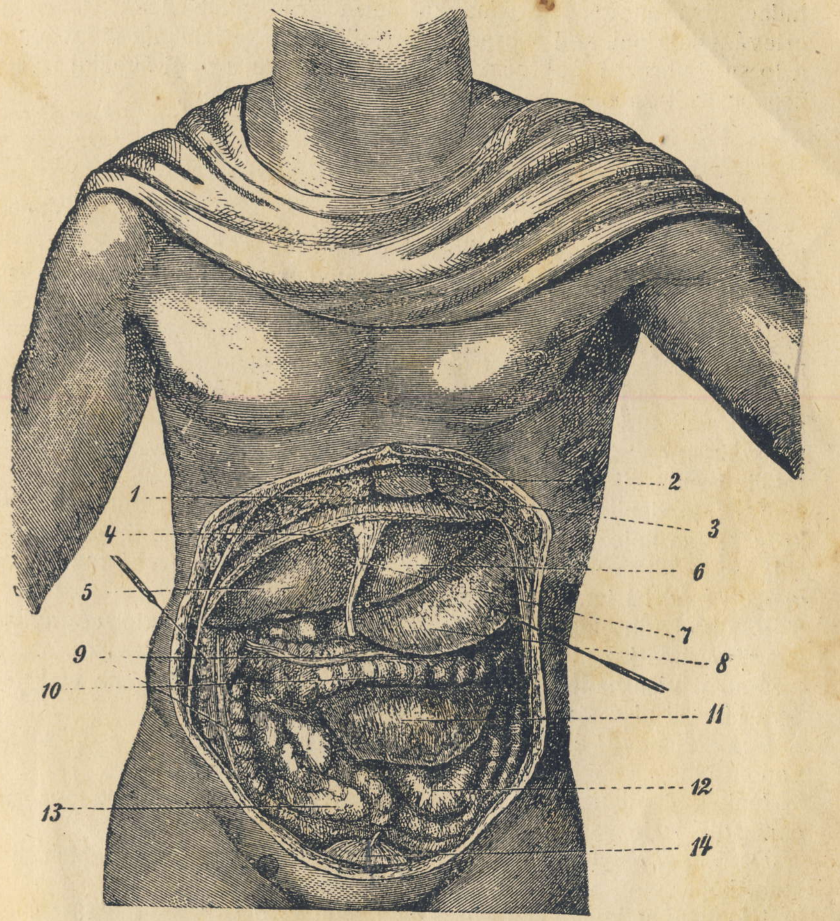
Njeke bolesti u nosu zahtievaju, da se bolestniku nos izpira i da mu se tekućina u nos uštrcava. Za to služi posuda nalik na irigator. Gotovo pri dnu ove posude ima otvor, kroz koji tekućina curi u dugačku ciev od kaučuka, koja je s otvorom spojena, te koja na dolnjem kraju ima nastavak nalik na maslinu. Nad nastavkom ima pipa kao i kod irigatora.

Ako objesiš ili držiš tu spravu povisoko od nosa, turiš nastavak u nos, te otvoriš pipu, poteći će tekućina iz sprave kroz jednu nozdrvu u nosnu šupljinu, a kroz drugu nozdrvu opet će izcuriti (vidi sl. 109.).

Nos se izpira, kad tko ima hunjavicu, ili kad mu je nos smrdljiv.

UTLINA TRBUŠNA.

To je najveća utlina na čovječjem tielu. Njezini su okrajci prema grudnoj utlini ošit (Zwerchfell), na dolnjoj strani dotiče se zdjelištnih kosti i medjice, stražnji kraj graniči s hrbtenjačom i jednim dielom



Sl. 131. — Trbušni drob. — 1, 3. pluća; 2. osrdačje; 4. ošit; 5. desni, 6. lievi jetrani režanj; 7. ovjesna jetrena sveza; 8. prednja površina želudca; 9. uzlazni čmar; 10. poprečni čmar; 11. stražnja ploča landre; 12, 13. tanko crievo; 14. mokračni mjehur.

rebara, postrance drži se bokova, a sprieda ju pokriva potrbušina. Njezine stienke sastoje se od tkiva mišica, te su prama nutarnjoj

strani prekrite veoma nježnom kožicom, opnom trbušnicom (Bauchfell).

U ovoj utlini smješten je tako rekuć sav ustroj, koji jelo i pilo, koje čovjek u sebe prima, u takovo stanje postavlja i obraća, kako je za uzdržavanje tiela najnuždnije i najsgodnije. Ti ustroji jesu: želudac, trbušna žliezda slinavka, jetra crna (džigerice), slezena i crieva. Onda oni, koji nehranive sastojine iz tiela izlučuju ili izbacuju, a to su: bubrezi i mokraćni mjehur. Osim toga u ovoj šupljini leže u žene ustroji za oplodbu: materica, jajovodi i jajnici.

UTOPLJENJE SLUČAJNO.

Prije su ljudi mislili, kad se tko utopi, da za to umre, jer mu se u pluća nalije vode. To je bilo krivo mnienje. Takav čovjek umre ili za to, što zrak ne može pod vodom u pluća doći ili za to, što mu iznenada krv u mozag navali. Ovo biva kad tko iznenada u vodu padne; uslied straha i nagle promjene topline, krv se velikom brzinom povuče u nutarnje ustroje i u žile moždjana.

Uslied toga, što je oklop moždjana, lubanja, jako čvrst te kosti nikako popustiti ne mogu, žile se u mozgu nikad ne mogu pomaknuti, ni razširiti; one tad, kad se s krvlju prepune, puknu, krv se po mozgu razlije i smrt taj čas nastupi (Apopleksia).

Kad utopljenika iz vode izvade, sav je hladan, lice mu je bliedo, koža mu se naježila. Lice nije modro, kao kod onih, koji su se ugušili, već je bliedo; samo oni, kojima se krv po mozgu već razlila, izgledaju modri i tamno-crveni

Riedko kada mogu se spasiti, kojima se krv po mozgu već razlila, sve ako i ima još nješto života u njima, kad ih iz vode izvuku.

Mnogo više nade imaju oni, koji su istina dulje vremena pod vodom bili, ali nisu stradali od apopleksije.

Ima slučajeva, da su se opet životu povratili, koji su i duže pod vodom bili.

Ipak kadkad umru tek poslie 24—48 sati, koji su se iz početka osviestili, te je već svatko mislio, da će se spasiti.

Da li ima još života u njem, osvjedočit ćeš se, ako upotrebiš sredstva, koja smo kazali kod djelovanja »kad se tko objesi«.

Utopljeniku izvadi najprije sluz i mulj iz usta i nosa, kadkad ga podražuje prst, kojim mu vadimo mulj i sluz, te ga potiče, da diše. Dobro ćeš učiniti, ako mu za njekoliko minuta gornji trup i usta povisoko položiš, tako će voda, koja je u disala dospjela, laglje izcuriti moći. Liečnik spustiti će katetar u dušnik, pa će s njime tekućinu izšmrkati.

Utopljenika nikako ne smiješ naglavce držati, kao što je to prije običaj bio. Upravo uz takav položaj može nastati apopleksija, ako je još nema, ako su pako žile gdjekoje već napuknule, onda će nesretnik ovim postupkom još više stradati.

I ovdje, kao i kod onog koji se objesio, glavna pomoć sastoji se u tom, da se vještački disanje pobudi.

Utopljeniku treba da ugrijemo tielo. Ako se je čovjek ljeti za velike vrućine utopio, kao što se to obično kod kupanja dogadja, položi ga na topli piesak pokraj obale, te ćeš mu onim toplim pieskom cielo tielo obložiti, dakako da pri tom pazi, da mu disala budu slobodna. Ako okolnosti nisu takove, da bi ga na vrući piesak položiti mogao, pokrij ga toplim pokrivačima ili ga spusti u toplu kupelj. I kad pravilno disati počme, grijat ćeš ga neprestano sve dotle, dok se dobro ne ugrije i dok ne bude imao svoju naravsku toplinu.

Kad počme disati, daj mu da pije malko vina, konjaka, ruma ili rakije.

Da mu disanje pobudiš, možeš upotrebiti način, koji smo opisali kod »obješenja«. Ili ćeš disanje vještački pobuditi ovako:

Nesretnika položi na ledja, glava i prsa treba da povisoko leže. Tko se bude bavio oko vještačkog disanja, bit će utopljeniku čelo glave, ruke će mu pregnuti te će onda nesretnika uzeti po sredini nad laktom i podlakticom te će mu ih podignuti nad glavom (prvi položaj). Tako će ih malo podržati, pa ih izpraviti, da imaju naravski položaj, to jest, pružiti će mu ruke, mahom će ih dolje spustiti te s njima postrance tielo uz rebra pritisnuti (drugi položaj). Dok se jedan čovjek ovim bavi, drugi može lagano da pritiska trbuh, to valja činiti, kad se obavlja drugi čin, t. j. kad se spuštaju ruke.

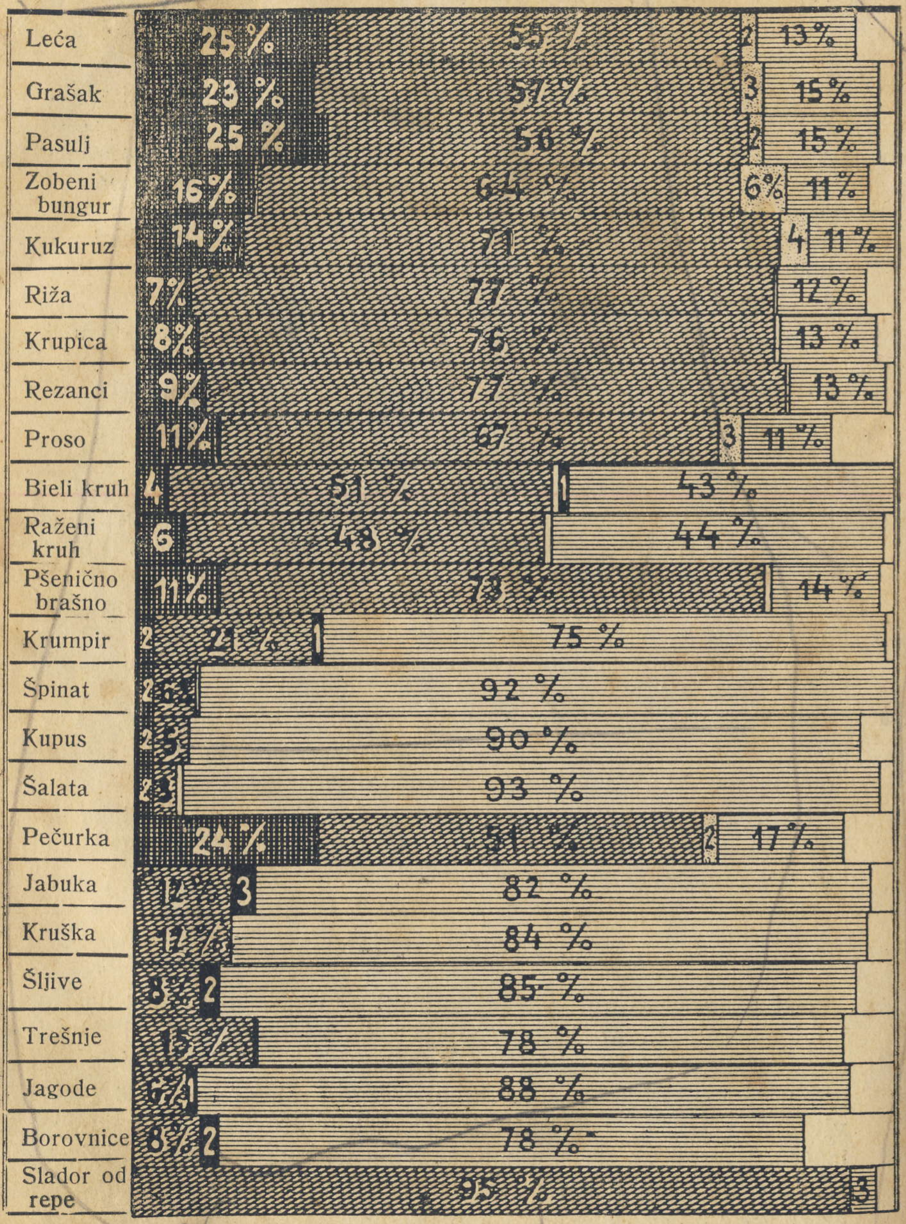
Ovo pritiskivanje ruku i trbuha odgovara disanju, kad čovjek zrak iz sebe izdiše. I ovaj način vještačkog disanja mora se sve dotle upotrebiti, dok nesretnik pravilno disati ne može.

Uz to trljati ćeš tielo, kefati tabane, davati mu pod nos jake liekove, klištiriti ga octom, postupat ćeš s njime kao što smo kazali kod »obješenja«.

VEGETABILNA HRANITBA.

Najvažniji elementi naše hrane jesu: a) tvari, koje imaju dušika, t. j. bjelanjka, b) tvari, koje nemaju dušika, t. j. masti i uglijeni hidrati, c) mineralne substancije (soli), d) voda. Tvari, koje imaju bjelanjka, igraju veoma važnu ulogu u izhrani našega tiela, jer iz njih se poglavito tvori krv, veziva i ustroji tiela (sočivnice najviše imaju bjelanka). Masti ili se naslažu kao takove u tielu ili oksidiraju t. j. izgaraju pod uticajem kisika krvi u ugljičnu kiselinu i u vodu. Ugljeni hidrati, kojih najviše ima u žitu i u sočivnicama, svi podpuno izgaraju;

SKRIŽALJKA TUMAČENJA VEGETABILNE HRANITBE.



Sl. 132. Bjelanjak | Ugljeni hidrati | Masti | Soli | Voda | Mineralne tvari, vlakna, pepeo itd.

oni su prvi tvoritelji snage i topline i djeluju tako, da se pri tom prištedjuje na bjelanjku i masti.

Žito, pšenica, riža itd. imaju osim bjelanjka najviše ugljičnih hidrata, kao što se iz ove tablice vidi. Meso ima veoma mnogo bjelanjka, ali vrlo malo ugljenih hidrata.

Cjelokupna, zamašna radnja mišica ne utiče na potrošak ugljika, jer bjelanjka trebaš jednako, ili mirovao ili radio, za to nije potrebno, da mnogo hranila jedeš, u kojima je mnogo bjelanjka, dapače to može kadkad biti štetno po organizam, jer se bjelanjak rado raztvara. Ako jedeš mnogo bilinske hrane, u kojoj je veoma malo dušika, možeš mnogo i uztrajno mekanički raditi. Životinjski i bilinski bjelanjak imaju jednaki kemički sustav i gotovo jednaku hranbenu vriednost. Neprobavljiva vlakna igraju u organizmu važnu fiziološku ulogu (jačaju djelatnost crieva), za to je Graham-kruh i voće veoma zdravo. Voće i povrće vrlo je zdravo i osvježujuće jelo, od kojega se pravi krv. Voće se toplo preporučuje odraslim, osobito djeci i bolestnicima.

Zdrav čovjek treba, ako lake poslove obavlja (stolar, staklar, tokar, postolar, zidar, tkalac, klobučar, pisar, listonoša itd.) za svagdanju radnju svoju: 100 grama probavljivog bjelanjka, 50 grama masti i 500 (450) grama ugljenih hidrata; onaj, koji težko radi (radnik u ljevaonicama, željeznarama, kovači, bravari, klesari, rudari, trhonoše itd.) treba za svoju podpunu izhranu: 100 grama probavljivog bjelanjka, 70—100 grama masti i 450—560 ugljenih hidrata.

U svakdanjoj hrani treba da ima najmanje 50 grama masti.

VIDANJE RANA.

Neznatne rane, pri kojima nisu veziva znatno ozledjena, ne zahtievaju osobita vidanja; dovoljno je, da se rubovi rane sjedine, bilo to priljepčivim melemom, bilo da se sašiju, da se očuvaju od nečistoće i mekanične sile t. j. natiska, udarca itd.

Jedno i drugo postići ćeš, ako ranu pokriješ čistom vatom, te ju zaviješ. Težke rane, pri kojima su veziva znatno ozledjena, mnogo teže ozdrave, jer se obično pojavljaju i užgaline. Vidanje takovih rana isto je takovo, kao kad bi tko imao čir, pa mu se provalio.

Glavni je uvjet, da takove rane čisto držiš, nadalje ih takodjer od mekanične sile čuvaj, a tek kad vidiš, da rana ne će da zaraste, tad uzmi u pomoć meleme ili izgaranje rane itd.

Obično je i u tom slučaju dovoljno, da se rana pokrije čistom vatom. Ako se ova čvrsto na ranu priliepi, ne diraj u ranu, jer kad se ovako priliepi, znak je, da rana zarašćuje.

Za rane u obće ništa toliko ne vriedi, kao mir i čistoća, dakle izmivanja i uštrcavanja, gdje su neobhodno nuždna, moraju se obavljati najtočnije i najčistije.

VINO.

U najudaljenijim krajevima svieta poznato je vino kao slastilo. Ne samo alkohol, već i druge hlapive sastojine i soli čine ga izvrstnim, oživljujućim i okriepljujućim pićem. Istina i bez vina može čovjek biti čil i zdrav, ali mnogi bolestnik, osobito onaj, koji se iza težke bolesti pridigao, ne može bez njega nikako biti.

Vina, koja se pjene i sladka vina, dobro će doći bolestniku, kojemu valja iznemoglu snagu što prije podići.

Bielo vino podpomaže kretanje crieva. Crno valja onomu, komu je probava poremećena; ono ublažuje prekomjerno kretanje crieva.

U prijašnje vrieme rado su pili crno vino za vrieme ljetne vrućine i kad je srdobolja ili kolera vladala.

Najsladja vina imaju 5%, a najjača 18% alkohola. Naša hrvatska vina imaju 5—16, grčka 12—18, francezka 9—14, španjolska 10—16, ugarska 12—16, a njemačka 7—12% alkohola.

Domaća vina od pouzdanih ljudih mogu kadkada i kao liek i kao sredstvo za okrepu strane proizvode nepouzdana poriekla sasvim dobro zamieniti, pa su mnogo puta i puno bolja od stranih skupih i preskupih vina.



Sl. 133. — Crvena vladisavka.

VINO OD CHINE.

Ovo vino pravi se ovako: Jedan dio stučene kore od chine smieša se sa pet dielova crvenog vina, te se ostavi njekoliko dana da postoji, onda se prociedi. Ovo vino vrlo je dobro proti slabosti želudca, kad tko nema apetita ili komu su živci slabi. Uzmi tri put na dan po 20 kapljica; postepeno možeš i više uzeti.

Vino od chine ne draži želudac kao tinktura od chine. Veoma je sgodno piti »vino Seravallo« iz Trsta, koje se i djeci velikim uspjehom daje.

VLADISAVKA.

Crvena Vladisavka (gentiana, Enzian) broji se medju najbolje čiste gorke liekove.

Kad ju uzimaš u malom obroku, pripomaže, da se hrana bolje probavi, a to opet čini njeka gorčina, koju ova biljka u sebi ima. Zato ju

rado uzimaju, koji od slabe probave pate. Vladisavku daju za običnu groznicu i bliedobolju; vrlo je dobra u tim bolestima, jer pobudjuje volju na jelo, koje obično onakovi bolestnici nemaju, pa tako pripomaže, da se ukloni nemoć, koja je upravo temelj bolesti.

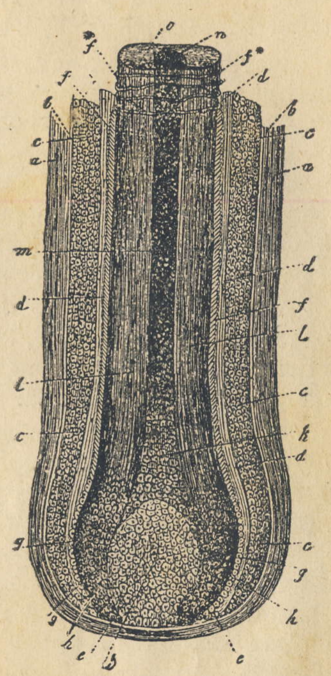
Vladisavka pije se kao obarak i to 4—6 grama na ¼ litre vode. Ekstrakt vladisavke uzima se raztopljen u vodi 2—4 grama na dan.

Ima i raznih složenih liekova, u kojima ima i dobar dio vladisavke. Ti se liekovi daju za slabu probavu, a uzimaju se više puta na dan 20—30 kapi.

VLASI.

Ima ljudi bujne kose još u starijoj dobi života, a ima ih koji su još za mladih dana oćelavili.

Pitaš onoga, što radi, da mu je kosa još uviek onako bujna, odgovorit će ti: »Perem glavu svaki dan hladnom vodom«; pitaš li drugoga, zašto je oćelavio, kazat će ti: »prao sam glavu svaki dan hladnom vodom, pa to mi je škodilo«. Jedan se hvali, da mu je kosa dugačka i gusta, što je često maže, a drugi opet kaže, da ne valja kosu mazati. Onaj opet veli, ako želiš liepu kosu imati, maži je često. Jedan misli, da treba kosu češće odstrići, a drugomu to nije s voljom. I tako se nikako ne mogu složiti, što je za bujno uspjevanje kose hasnovito, što li škodljivo.



Sl. 134. — Vlasni korjenčić i vlasni mješičak 100 puta povećan; a) mješičak, b) bistri nutarnji sloj; c) vanjski, d) nutarnji ovojak, f) gornja kožica, f*) vlasna stabljika, i) vlasni pipak, l) korina, m) srčikovina.

Zna se, da je bujna kosa ili ćelava glava u gdjekojoj obitelji urodjena. Nu i u takovim obiteljima ima iznimaka. Kažu, da je i način života kriv, što se oćelavi. U njekojoj obitelji otac i sin u jednakim okolnostima žive, jedan je ćelav, a drugi nije. Kadkad opet otac i sin sasvim drugi način života imaju, a ipak su obojica ćelavi.

Uz prirodjeno naginjanje, da tko oćelavi, prije vremena siedu kosu dobije ili bujnu kosu i u starosti ima, najviše utiče na bujni razvitak kose obće zdravlje svih ustroja. Ako se svi ustroji dobro hrane i dobro razvijaju, onda ni koža u svom razvitku zaostati ne će, pa će onda, naravski i kosa, koja je u njoj usa-

djena, valjano uspjevati, dakako ako ne bi štogod na nju štetno djelovalo.

Da koža tvoga tiela zdrava bude, drži je čisto i njeguj valjano. Što je nuždno svemu tielu, to je osobito potrebno koži na čovječjoj glavi, a jer je glava pokrita gustom kosom, to znoj i mast, koju žliezdice izlučuju, k tomu prah, što se s ovim smieša, duže ostaje na glavi i čvršće se drži kože i tako se začepe razne žliezdice, kroz koje mast i znoj probija. Izmjena sokova u koži na glavi nije pravilna, pa što duže ova nepravilnost traje, to će se manje koža na glavi hraniti; ona se sve više izsuši, kosa vehne, krsti se ili lomi; kosa za ovom raste, ne će biti više tako dugačka, kao što je prva bila, biva tanja i vidi se, da je po glavi redje ponikla, — najposlie već nikakova ne poraste — čovjek oćelavi, pa i ostaje ćelav.

Sasvim drugčija ćelavost je ona, kad izpadne kosa, te čovjek oćelavi ili samo na kratko vrieme ili trajno, iza težke bolesti ili onda, kad se na glavi koža razboli.

Pravila njegovanja kože na čovječjoj glavi isto su takova, kao što i za kožu ostaloga tiela. Tko ne njeguje kože na glavi, bolje mu se pozna, nego na ostalom tielu. Osim toga jer je glava vlasima pokrita, kao gustim pokrovom, koža na glavi je više osjetljiva, nego drugo tielo, te joj laglje i promjene topline škoditi mogu.

Ako kožu na glavi što šta podražuje, te je snadju često nepogode vremena, kao ostalo tielo, to ona malo po malo izgubi sposobnost, da hrani kosu, te s vremenom sasvim naliči na drugu kožu našega tiela, na kojoj nije kosa porasla.

Prvo sredstvo za bujno uspjevanje kose je **čistoća**. Koža na glavi neka se svaki dan dobro očisti od znoja i praha, koji se za nju hvata. Kratko rezana kosa lakše se čisti, nego dugačke vlasi. I dugačku kosu možeš čisto držati, ali ti treba za nju gust češalj, te je češće moraš prati vodom sapunicom, dočim kratke vlasi možeš jednostavno kefom očistiti.

Kratko rezanu kosu začešljamo jednostavno gore, ona pri tom stoji uzpravno. Dočim, kad dugačku kosu češljamo, mora se natrag začešljati, pri tom više slojeva kose jedan na drugom leži, koža na glavi tako je kruto kosom pokrita, da zrak ne može do nje doći, znoj i mast, koju koža izlučuje, čvršće se drži kože, a ovo sve štetno djeluje na valjanu hranu kože i kose.

Tko dugačku kosu ima, dobro čini, ako češće kosu drugčije redi ili namješta, da nije uviek jedna te ista strana kosom čvrsto pokrita. Nuždno je nadalje, da se kosa noću popusti i da joj položaj promieniš. Tko je na pr. kosu bio ukosnicama danju pričvrstio neka ih preko noći izvadi i pusti da kosa slobodno visi.

Škodljivo je nositi po noći kape ili drugim čim glavu pokriti. Tko nosi kratke vlasi, neće mu škoditi, ako svako jutro glavu opere, jer takova kosa lahko i brzo se posuši. Ovo ne valja za one, koji imaju dugačku kosu.

Dobro razlikuj mijenje od škropice (Douche). Mijenje nikada škoditi ne može; škropice hladnom vodom čuvaj se, ona škodi vlasima.

Kosu možeš mazati uljem i mašćom, ali samo po malo; ovo nije škodljivo, ako je ne mažeš čime za to, da ti se čvrsto na kojoj strani glave drži. Čuvaj se, da u tom, čim kosu mažeš, ne ima štokakve škodljive primjese. Najbolje je, da je mažeš uljem od uljike; možeš mu i koju kap mirisavog ulja dodati.

U obće bolje je kosu mastiti uljem, nego pomadom; ako kosa nije opora ili drugčije vrlo suha, maži je svaki 8—14 dana.

I za glavu i za kosu valja, da je svake nedjelje po jedanput opereš; preko noći kosa će se dobro posušiti. Različito poslovanje pojedinca ravna nošnju kose.

Ljudi, koji se bave zanatom, pri kojem se velik prah uzvitla, ili koji u vlažnom zraku rade ili kojima posao sobom nosi, da se neprestano znoje, najbolje čine, da nose kratku kosu. Dočim ljudi, koji su po svom poslu mnogo izvrženi nepogodi vremena, treba da naravski pokrivač svoje glave t. j. kosu dulje nose.

Kakav uticaj brada na lice i kosa na glavu imaju, znaju najbolje oni, koji kosu režu ili bradu briju, kad je studeno ili vlažno vrieme; najobičnije posliedice jesu: katar ustroja, koji služe za disanje i kataralna zapala grla.

VOĆE.

Voće je plod drvlja, grmlja i inih rastlina; njegove su sastojine većim dielom šećer, škrobovina i njeka kiselina, koja mu osobiti tek daje. Najobičnije voćne kiseline jesu: jabučna, vinova i limunova kiselina. Osim toga ima u njekojem voću hlapivog ulja, što mu osobiti miris daje, a njekoje voće ima i etira, od kojega opojno svojstvo ima.

Voće dieli se na pećkovice: kajsije, šljive, breskve, trešnje, datule, mušmule, drenjine i masline.

Zrnato voće: jabuke, kruške, dunje, oskoruši, limunovi, naranče.

Jagodasto voće: groždje, ogrozd, ribiz, kupine, maline, jagode, dudovi, smokve, ananas i mnogo drugo.

Ovim vrstima voća pridružuje se voće u ljuski, koje obiluje ugljenim hydratima i mašćom (bademovo i orahovo ulje); amo spadaju: bademi, lešnjaci i orasi. Pa onda svakovrstno voće raznog poriekla: dinje, ljubenice, banane itd.

Voće nema osobitu hranivost, jer ono ima mnogo vodenih sastojina. Sušeno voće više je hranivo od priesnog.

Kiseline, hlapivo ulje i etir daju voću osobita svojstva; ono razhladjuje, osvježi, potiče probavu, oživljuje i povećava djelovanje živaca; zato neka ga jede, tako samo do njega doći može.

VODA VAPNENICA.

To je raztopina živoga ili jednokga vapna (kreča) u vodi. Ona se upotrebljuje, kad se tko otruje sumpornom kiselinom, onda kod bolesti vodopusta, kod mekušavih kosti, englezke bolesti i kod uloga; onda kad se tko opeče ili izgori i to se pomieša jedan dio lanenog ulja sa 2—3 diela vode vapnenice. Ako se kod maloga djeteta gdjegod koža u naborima ojede, peri ta mjesta vodom vapnenicom, te ih pokrij finom vatom ili namaži maslom ili špermacetom, što ga dobiješ u ljekarni. Para od vode vapnenice upotrebljuje se kod difterije.

VODE MINERALNE.

Mineralne vode zovu se u naravi na mnogim mjestima nalazeći se izvori, u kojima ima raztopljenih sastojina iz rudstva, te se zato upotrebljuju kao liek.

Po glavnoj mineralnoj sastojini, koja se u takovim izvorima nalazi, diele se mineralne vode u šest razreda: 1. u izvore sa sastojinama kuhinjske soli; 2. jodne; 3. bromove; 4. ugljeno-kisele natronove izvore; 5. sumporo-kisela vrela i 6. željezne izvore.

Vrela, u kojima ima sastojina kuhinjske soli, ima toplih i hladnih.

Jodno toplo vrelo ima u Evropi samo jedno, a to je Lipik u Slavoniji.

Kada treba, koju mineralnu vodu piti, kazano je kod bolesti, koja mineralnu vodu zahtieva.

VODENA BOLEST.

Vodena bolest sastoji se u tom, što se tekućina sabere u vezivu ili u kojoj utlini čovječjega tiela, a nastaje uslied nedovoljnog upijanja ili uslied veće popustljivosti žiljnih stienka; ove propuštaju tekućine ili nisu normalno zdrave ili je krv odviše riedka.

Povod vodenoj bolesti mogu biti sve one bolesti, koje valjano obticanje krvi prieče ili koje njegove sastojine promiene. Ustroji, koji izravno na kolanje krvi utiču, jesu: srce, pluća, bubrezi i jetra. Bolesti ovih ustroja jesu najviše uzrok toj bolesti.

Vodena bolest nikada nije sama za se bolest, već je uviek posliedica, što se je koji od rečenih ustroja razbolio ili jer se je izmiena krvi poremetila.

Po tom, gdje se je voda u kojoj česti tiela nakupila, ima vodena bolest svoje ime; tako je vodena bolest osrdačja, grudna, trbušna i pojedinih veziva. Vodena bolest veziva može se pojaviti i s toga, što je njeka zapreka, koja čini, da se krv ne može k srcu povratiti.

Liečenje od vodene bolesti zavisi o tom, koji je ustroj uzrok toj nevolji; ako se bolest onoga ustroja izliečiti može, nestati će i vodene bolesti.

U njekojim slučajevima opet može se vodena bolest operacijom ili liekovima, koji na znojenje i mokrenje sile, posve ili djelomice ukloniti.

Riedko kada da se od te bolesti čovjek sasvim izliečiti može, jer je obično ona bolest, koja joj je uzrok, neizliečiva, pa će se zato voda uviek nakupiti, ako se operacijom i izpusti.

Ako vodena bolest dodje od zločeste krvi iza težke i duge bolesti, neka se bolestnik dobro hrani mesom, mliekom, maslom i jajima, a uz to neka umjereno pije vina i piva. Neka pije kina-vino i željeznih kapljica. Ako je srce ili jetra uzrok bolesti, neka liekove uzima, koji tjeraju na mokrenje. Dolazi li od bubrega, valja da se bolestnik znoji; zato je vrlo dobro, da ide u irsko-rimske ili parne kupelji. Kad se u trbuhu mnogo vode nakupi, ovaj se napne i koža se na njem raztegne, otežšća bolestniku disanje, noge počmu oticati i mokrenje biva riedko. Svaka vodena bolest zahtieva liečničku pomoć.

VODOGLAVICA.

Vodoglavica (vodena glava, Wasserkopf) je bolest, pri kojoj se ciedi njeka tekućina iz moždjane opne. Kosti lubanje su razdaleko jedna od druge, tjemenci su veoma prostrani, a kroz nje možeš opipati glavu kao kakav mjehur. Vodoglavicu može diete već u utrobi materinjoj dobiti, a može da se je istom poslie poroda razvijati počela.

Kao uzrok smatra se rod po krvi, bludobolja ili visoka starost novorodjenčetovih roditelja; no ima i slučajeva, da diete vodoglavicu ima, a da mu se za uzrok nikako doznati ne može.

Za ovu bolest karakterističan je oblik glave, kada je urodjena ili kada je nastala još prije, nego su kosti na glavi otvrdnule.

Glava je neobično velika, diete ju riedko kada može uzpravno držati. Lice je maleno izgleda staračko, razširene žile krvice jako su izskočile, oči su na pol zatvorene, ostalo je tielo zakržljavilo. Ako se vodoglavica poslie razvija, to izhrana može da je vrlo dobra, ali ta-

kovo diete jako zaostaje u duševnom razvitku; ono je sasvim tupoglavo i glupo, te često u ničemu se od životinje ne razlikuje.

Ovakova djeca obično umru još u nježnom djetinjstvu od moždjane bolesti ili od kakove druge bolesti. Riedko koje desetu godinu doživi, a izvanredni su slučajevi da preživi 30. godinu.

Liečenje vodoglavice bezuspješno je, ali za to mora se ipak nastojati, da mu se valjanom izhranom i čovjekoljubivim postupkom nesretni život snosnijim učini.

Vodoglavica može se pojaviti i kod odraslih. Ako se glava brzo vodom puni, tad ju treba liečiti, kao što se kaplja lieči. Njekada se voda u glavi lagano kupi, tad obično nastanu ovi pojavi: čovjek ima glavobolju, posrta, slabo pamti, ima grčeve ili utrnulost. Takav čovjek mora uredno živiti, ne smije žestoko piće piti; ako od zatvora pati, mora se klištiriti i liečničku pomoć potražiti.



Sl. 135. — Vodopija.

VODOPIJA.

Vodopija (konjogriz, cigorija) odlikuje se gorčinom, zato ju i brojimo medju gorke liekove. Nju za liečenje mnogo ne upotrebljuju, no zato ju kao pridodatak kavi vrlo mnogo uzimaju.

Ovaj dodatak pravi se od prženog korjena, cigorije; da nije ni najmanje sličan pravoj kavi, zna svatko, tko zna, što je valjana kava.

VOSAK.

Kao nutarnji liek vosak se više ne upotrebljuje, nu zato zauzima odlično mjesto medju tustinama, koje se za meleme upotrebljuje. Vosak rabe za privremeno izpunjenje šupljih zubi, nadalje se s njime pokrije nokat, ako je tako ozledjen, da će odpasti i pod njim novi izrasti. Upotrebljuje se povošteno platno i povošteni papir. Povošteno platno rabi se kad se rave Priesnitzovi oblozi, a u povošteni papir zamata se prašak, koji lahko na se vlagu navlači.

VRBANAC.

Vrbanac (jarbolica, crveni vjetar, Rothlauf, Erypsel) je užgalina kože, s kojom je i groznica skopčana; ova se po ovelikoj površini kože protegnuti može i dolazi ponajviše od zaraze. Tečaj bolesti ovakav je:

Bolestnika spopadne studen, odmah zatim dobije groznicu; onaj dio tiela, koji će od užgaline stradati, oteče, koža je napeta, crveni se i lašti ili je modrikava. K tomu se javlja i akutni katar ždriela i želudca. Jezik je jako obložen, usta se liepe, apetita je nestalo, iz usta zaudara zločest vonj. Ako je vrbanac veoma žestok, a to je obično, kad se užgalina drži lica ili glave, i mozag strada, bolestnik onda obično bunca (fantazira).

Poslie njekoliko dana groznica popusti. Napetost se izgubi, po koži se prave nabori te se i ljušti ili se oko onog mjesta, koje je otečeno bilo, naprave čirovi i micine.

Vrbanac nastaje uslied gnojenja, pri kojem nije mogao gnoj da izteče.

Na lice zna doći od ognojavanja ili malih ranica u nosu i od šupljih zubi. Za sve ove slučajeve okrivljuju jednu malu gljivicu, da je ona uzrok vrbancu.

Riedko kada prelazi u gnojenje, onda se od gnoja može i krv otrovati ili se uz požaricu pojavi užgalina bubrega ili moždjane opne.

Vrbanac lieči se nutarnjim liekovima i to kininom i nakiselim napitkom. Oticanje preprieči se hladnim oblozima. Komu ledeni oblozi dobro ne čini, neka otečeno mjesto pokrije suhom vatom.

Mnogo puta je od velike pomoći utiranje živnom masti.

VUČAC NA LICU.

Vučac na licu (Wangenbrand, Wasserkrebs) se kadkad u djece pojavi. Na licu se pokaže mjehurić, doskora se od tog napravi čibuljica, ova se razpadne, nastane vučac, taj se sve dalje i dalje širi, dok najposlie sve lice ne izjede. Nastanu rupe od različite veličine, koje se preko lica, usana, nosa, pa sve do očiju protegnuti mogu.

Kod ove bolesti diete u početku bolesti nikakovih boli ne osjeća; dugo vrieme ima vrlo dobar apetit, poslie dodje groznica, diete omršavi, izgubi skoro svu snagu, te za 5—10 dana umre. U veoma riedkim slučajevima one česti, što su od vučca postradale, odpadnu, te ostane ondje veoma nakazna zarastica.

Liečenje ponajviše je bezuspješno, no ipak treba nastojati, da diete usta često izpira sa chlor-kiselim ili hypermangan-kiselim kalijem u vodi raztopljenim, da se rana izgori, nadalje treba ovakovom djetetu snažna hrana: jaja, meso, vino itd.

Vučac na licu pojavi se kod djece iza ospica, pošaline, dobraca i u obće poslie bolesti, uslied kojih se krv razbolila i promienila.

ZADAVICA. (Croup)

Mnogo je liečnika, koji drže da je zadavica (häutige Bräune, Croup) i difterija bolest, koja se nema jedna od druge lučiti; no pošto su obilježja i sielo ovih bolesti različita, treba da ih kao dvie bolesti smatramo i prema tomu i liečimo.

Kad će koje diete od zadavice stradati, po opni sluznici na resici i na ostalom ždrielu probija poput znoja nieka tekućina, koja se progruša, pa se od tog prave kao krpice ili komadići kožice, te zatrpaju ušće oko resice, tako da se ono sasvim suzi, a organi, koji služe za govor i glas, ne mogu se micati, već izgledaju kao da su ukočeni.

Prije tih pojava imaju djeca neznatan katar u ždrielu i u nosu, koji se obično od roditelja i rodbine i ne opaža. Diete dobije slabu groznicu te je zlovoljno; u noći se na jedanput probudi iznenada, te su svi znakovi, kao da će se udušiti. Muči se, da diše, lice biva tamno-crveno, dapače modro, oči izskoče, glas mu se gotovo ništa ne čuje, promuklo je, zakašlje se sasvim čudnim kašljem, pri tom se čuje sad kao da pila u grlu striže, sad kao da hrče, te ga možeš već iz daleka čuti. Mali bolestnik silno se uplašio, što mu na licu viditi možeš. Ovakav napadaj traje 1—2 minute; poslie počme diete mirnije disati, ali ga više ne ostavlja ni promuklost, ni lajanju slični kašalj.

Što duže, to mu je teže disati; diete se jako uznemiri, hvata se za vrat, za grudi kao da grčevi natežu, žile kucavice na vratu nabreknu, diete traži mjesto, za što bi se uhvatilo, da se upre, ne bi li laglje disati moglo.

Kad je ovakovo stanje sad duže, sad kraće potrajalo, bolestnik sasvim propadne i oslabi, postaje bezćutan, hladan i blied, malo po malo izgubi sviest i doskora se život sa smrću bori.

U ono malo izvanrednih slučajeva, kad će diete ozdraviti, rekao bi baš pred smrću zadavica popusti; kašalj biva vlažan, modro-crvena boja lica sve se više gubi i uz obilježja katara na dušniku počima diete poslie njekoliko dana ozdravljati.

Zadavica životu djetinjem brzo kraj učini i to za 2—3 dana; riedko kad tek poslie 6—8 dana. Od ove bolesti stradaju najviše dobro hranjena djeca i to izmedju 3—7 dana bolesti. Zadavica samo jedanput u životu diete napadne.

Ima i lažna zadavica, koja nije ništa drugo, nego upala dušnika i grkljana. U tom slučaju oteče opna sluzavka, disala se stežu i pouze, tako da misliš, bolestnik se mora udaviti; ali se nikad ne tvore krpice kao kod prave zadavice.

Liečenje zadavice gotovo je bezuspješno. Od mnogo načina liečenja, koji se preporučuju najbolji je ovaj: kad se bolest tek razvijati počme, metni djetetu na vrat obloge ledom i daj mu da pije po jednu

žlicu ledene vode; većoj, razumnijoj djeci daj komadiće leda, da im se u ustima raztope. Udihavanje vode vapnenice vrlo je koristno, jer se lahko lupe i očiste one kožice. Isto tako neka se dade za nutarnji liek vode vapnenice ili kali chloricum (4 grama na 150 grama vode), svaki sat po jednu žlicu.

Dobro je, da se daje djetetu na bljuvanje, jer njime se izbace one krpice u vratu. Za bljuvanje osobito je dobro sumporo-kiseli bakar, ½ grama na 100 grama vode i to svaki četvrt sata po jednu veliku žlicu, dok se ne pojavi jako bljuvanje.

Ako uzprkos liečenju bolest ne će na bolje da krene, naprotiv disanje sve teže biva, a djetetu sve sile klonu, onda preostaje samo jedno sredstvo, od kojega se je nadati, da bi se diete spasiti moglo, a to je da mu se proreže dušnik (Tracheotomija).

U mnogim slučajevima moglo bi se ovako diete od smrti oteti, kad ne bi rodjaci ovom operacijom oklievali, dok nije već prekasno. Kad bi se operacija napravila, dok pluća i dušnik nisu razdražena i dok nije nastalo otrovanje sa ugljičnom kiselinom, svakomu djetetu bi se pomoći moglo. Zato se ne treba plašiti od ove operacije, koja ništa ne škodi, već naprotiv mnogo hasni, kad se za vremena napravi.

Još nam je spomenuti jedan način liečenja, koji takodjer mnogo vriedi, samo ako se valjano i postojano čini. Ako i nije kadkad od njega spasa, to će ipak malomu bolestniku u velike muke olakšati. Ovo liečenje sastoji se u tom: nad djetinjim krevetom razastri ponjave kao kakav šator, a pod njima neprestano drži u velikim posudama kipuću vodu, tako da diete neprestano vrelu vodenu paru udiše. Disanje će tad postati pravilnije i kašalj će biti snosniji, jer će se ovlažiti. Dok liečnik ne dodje, koji će i drugo odrediti, trebalo bi ovako da djetetu muke olakšamo.

ZAGLEDATI.

Praznovjerje je, kad koja trudna žena sebi utvara, da će ružno ili nakazno diete roditi, što je za vrieme trudnoće slučajno zagledala (vidila) štogod neobično ružno ili nakazno. Diete će se nakazno roditi onda, kad je što smetalo u razvitku ploda, tako, da se pojedini dielovi tiela niti ne razvijaju, pa tako dalje rastu ili je plod sam po sebi obolio ili koji dio njegova tiela nepravilno leži, tako, da se ne može razvijati.

Strasti i duševne uzrujanosti, kao silni strah, groza, jad itd. mogu škoditi ne samo materi, već i plodu njezinomu, jer mu je život u uzkom savezu sa materinjim životom, te ovako mogu nastati nepravilnosti u razvitku ploda, koje se poslie nikako više popraviti ne mogu. Rodi li se tad diete kakovom pogrieškom, to se onda pripisuje tomu, što se je trudnica tobož u što zagledala.

Kažu, čim trudna žena štogod neobična ugleda, neka odmah pomisli, da je trudna, pa joj ne će ništa naškoditi, drugim riečima, ako je trudnica toliko sviestna, da se ne da svladati od kakove duševne uzrujanosti, već je nadalje mirna i spokojna, ne samo da sebe, već i diete svoje očuva od posliedica, koje duševne razdraženosti sa sobom nose.

ZAUDARA IZ USTIJU.

Ovo, koli za onoga, tko od tog trpi, toli za njegovu okolicu neprijatno stanje može s raznih uzroka nastati.

Najobičniji uzrok jesu šuplji zubi, u kojima zaostaju komadići jestvina, koji se tad raztvaraju i gnjiju, te smrad šire. Tko šuplje zube ima, neka poslie svakog jela zube izpira, pa mu neće iz ustiju zaudarati, te neka se služi kakovim razkužilom za usta.

Kao takovo najbolje je kalijev hipermanganat, 2—3 grama na 100 grama vode. Od ove smjese neka uzme 1 veliku žlicu na ½ litre vode, a ima još i puno drugih takovih razkužila, kao što je Thymol, chlorovo vapno, Salol itd.

Najsigurnije sredstvo, da jestvine ne zapadnu i ne zaostanu u šupljim zubima, je, da se takovi zubi plombiraju ili da se bolestni zub izvadi, koji već sam po sebi neugodni vonj ima.

Nadalje zaudara iz ustiju, tko ima katar u ustima ili u želudcu, smrdljiv nos i težke bolesti pluća. Čim bolestnik od ovih bolesti ozdravi, prestati će, da mu iz ustiju zaudara.

ZAMATANJE.

Vlažno zamatanje (Einpackung) izvrstno je sredstvo, da krv iz nutarnjih ustroja prema površini kože privučemo. U zavodima, gdje se vodom lieči, obavlja se zamatanje ovako: vunen pokrovac ili pokrivač malo duži od dva metra, prostre se po postelji ili divanu. Po ovom pokrivaču razastire se ponjava (plahta, čaršav), koju treba u hladnu vodu namočiti i izciediti; kako treba da je mokra, odredjuje liečnik. Na ovako priredjenu postelju položi bolestnika. Da mu krv ne navali u glavu, u prsa ili u zatiljak, škropi ili kvasi ga po tim čestima hladnom vodom, prije nego ćeš ga na mokru ponjavu metnuti.

Bolestnik leži na ledjima, te se brzo sa svih strana, osim glave, zavije onom mokrom ponjavom. Ne smije nigdje ništa nepokrito ostati. Medju pregibima i medju bedrima utisne se ona mokra ponjava tako da je njome sve i najmanja čest tiela pokrita. Treba dobro paziti, da se vrat dobro pokrije i da ponjava nigdje nabore ne pravi. Česti tiela, koje se težko griju, a to su naročito noge, smiju se samo jednostavno vlažnom ponjavom pokriti. Prije nego će se tielo

zamatati, treba noge opipati; ako su hladne, moraju se najprije protrti, da se ugriju, te ćeš ih onda tek zaviti ili ih nećeš nikako onom vlažnom ponjavom pokriti.

Čim si vlažnom ponjavom sve tielo pokrio, uzmi suhi pokrivač, na kom bolestnik leži. Dobro ga pritegni s jedne strane, te tielo pokrij; isto tako radi i s drugim krajem. Sve to treba brzo da se obavi. Suhi pokrivač treba da što čvršće uz tielo pritegneš.

Kad si ovako mokrom ponjavom i suhim pokrivačem tielo sa svih strana zamotao, pokrij ga prema potrebi još i drugim vunenim pokrivačima, pokrovcima ili perinom, a sve to treba sa strane pokraj bolestnika dobro utisnuti. Pri tom treba paziti, da bude obradak bolestnikov uviek nad pokrivačem, tako da slobodno disati može i da uz to čist zrak udiše; zato kod takovog bolestnika otvori prozor. Za vrieme, dok je u zavoju, oblagaj mu na glavu hladne obloge.

Ovakovo zamatanje traje prema odredbi liečnikovoj 1½ do 2 sata; njime se umire razdraženi živci. Poslie toga vremena valja činiti, što je kazano kod »parne kupelji«.

Ima i suho zamatanje. To se isto tako obavlja, samo što kod ovakvog zamatanja ne treba vlažna ponjava. Bolestnika zamotaj samo vunenim pokrivačima i pokrij ga perinom ili čim drugim toplim. Kod ovakovog zamatanja loši provodići topline ne puštaju, da se toplina iz tiela gubi, te se tako tielo brzo ugrije; kako se brzo i jako ugrije, počet će se znojiti. Njekoji bolestnici potrajali su ovako zamotani 2—3—6 sati. Poslie njekog vremena su im težinu vagali, te su se osvjedočili, da su 1—5 kilograma svoje težine izgubili; uzrok ovomu gubitku pripisali su, što se je čovjek jako znojio. Od kakove je koristi ovakovo znojenje, kazano je kod »parne kupelji«.

ZANOKTICA.

Kadkada se pojavi užgalina mekanih česti prsta oko nokta. Užgalina nastane ili zato, jer se je nokat i mekane česti ozledio, ili jer se je povriedio štokakvim otrovnim ili škodljivim tvarima.

Meso oko nokta oteče, zacrveni se i jako oboli. Užgalina počme se brzo gnojiti. Ako se gnoj izlije ili ako gnojno mjesto u pravo doba razrežeš, skoro ćeš od zanoktice (kukca, »crv«, Nagelwurm, Panaritium) ozdraviti.

Kadkad užgalina zahvati pokostnicu i istu kost; tad će sglob, na kojem je užgalina, obamrieti, te će napokon koštica onoga sgloba izpasti. Ali gdjekad se ta užgalina ni s tim ne svrši, već predje na ostale sglobove prstiju, pa kad ova bolest dobro prodje, ostanu prsti ukočeni, inače je nuždno, da se bolestni sglobovi odrežu. Njekoji put ognoji se samo mjesto izpod nokta (noktište, Nagelbett), tad obično nokat odpadne.

Ovakovo ognojavanje liječi se obično kao čir. Iz početka kad počme prst boliti, pokušaj s hladnim oblozima ili namaži ga s jodom, da do gnojenja ne dodje. Ako se ne može gnojenje zaustaviti, metni tople kašice, da gnoj što prije sazrije.

Dok prst boli ili nokat odpada i novi raste, napravi za prst zavoj od čvrste ljepenke; omotaj prije čistom vatom, i onda metni oko njega ljepenku, da ga od povrede čuvaš. Ljepenka treba s gornje strane da je nešto duža od prsta. Ruku nosi u zavoju i pazi da visoko leži, time pritok krvi manji biva, a odtok krvi se pospješuje.

ZAŽEG DOJKE.

Najviše od zažega dojke stradaju žene, koje djecu doje. Tomu je uzrok ponajprije bradavica, koja se ozledi i ranjava biva. Kad diete sisa, omekne bradavica i kožica na njoj izpuca ili se zadere. Ako se je bradavici ma na kojem mjestu površna koža ozledila, to će se svaki put, kad diete sisa, ondje zadrti, te će one zadrtine silno boliti, pače i krv će poteći; one će se i ognojiti.

Od ovih zadrtina proteže se gnojenje dalje i u istu dojku, te će se u njoj gnojnica napraviti.

Zadrtina samo boli, dok diete počme sisati, nu zato je bol vanredno žestoka, žena vrišti kao izvan sebe, te se sva od straha trese, kad pomisli, da mora opet diete nadojiti; čelo joj se pri tom oznoji, kao da je u kakvom težkom poslu.

Ako zažeg zahvati dojku, onda bol nije tako žestoka, ali zato bez prestanka boli.

Dojka je sva otečena, crvena, napeta i vrela, bolestnicu groznica trese.

Tko sad zna, što mu je činiti, pomoći će si, te će bol za njekoliko dana uminuti, groznice će sasvim nestati, otok će se razplinuti i gnojenje se razići.

Ako se to zanemari, dojka će se ognojiti, a ognojene mjesto na dojci će se razmekšati, te će gnoj probiti, ako liečnik nije gnojnicu razrezao.

Na žalost moramo kazati, da se ovakovo gnojenje dojke ne svrši od prvi put; obično se naprave gnojnice na tri, četiri mjesta. Evo zašto. Dojka u žene tako je ustrojena, da se gnoj lahko od jednoga mjesta na drugo povlačiti može, te se onda u isto vrieme njekoliko gnojnica razvijati mogu.

Ili se gnoj na kojem mjestu nije sasvim izciedio, već ga je ma i najmanje zaostalo. Ovoga gnoja neka samo malo dopre na zdravo mjesto, te se ondje prodre, zarazit će se i to, i gnojnica počet će i tamo rasti.

To je uzrok zašto se zažeg dojke proteže na nedjelje, dapače i na mjesece.

Dojka će se zažeći, kada ju što natisne ili se njećim udari. Isto tako vidimo, da je uzrok zažegu dojke, kad se mlieko u dojkama nakupi, pa ne može svojim naravskim putem odteći. Zato stradaju iza poroda žene, koje svoje diete same ne doje, kojima je sisanče iznenada umrlo, te koje diete odbijaju, a u dojkama se još mnogo mlieka tvori.

Dojka, koja će mliekom diete hraniti, zahtieva osobitu čistoću. Njekoji mjesec prije, nego će diete na sviet doći, treba žena da dojku pripravlja, kako će lahko diete sisati moći i kako će joj bradavke pri tom nepovriedjene ostati.

Ona će nastojati, da dojne bradavke otvrdnu, da ne budu toliko osjetljive i da se ne raziedu, kad diete počme sisati i natezati; ovo će postići ako ih svaki dan bude prala hladnom vodom, octom, špiritom, rakijom, rumom ili vinovom žganicom (Franzbranntwein). Ako je dojna bradavka malena, treba ju svaki dan izvlačiti i natezati; tada će biti veća, duža i za djetinja usta prikladnija.

Ako se ipak uz ovako valjanu pripravu trudnoće poslie kad diete sisa, dojne bradavke raziedu i napucaju, treba ih mazati slabom raztopinom paklenog kamena i to 1 gram na 20 grama vode ili vodom, u kojoj ima 3% karbolne raztopine.

Dojka, koja boli, neka se ne daje djetetu često, a ako bi se više mlieka u njoj nakupilo, treba ga izciediti. Izpucale ili napuknute bradavke, ne smiju biti uzrok, da mati diete ne doji. Malo strpljivosti i nješto truda i to će zlo proći.

Ako počme dojka oticati, te se je bojati, da će se i gnojiti, treba metati hladne obloge, ako je moguće s ledom. Bolnu ćemo dojku s maramom uzgor vezati.

Ako se gnojnica ne pravi tik izpod kože, već je u dubinu zašla, te nema prilike, da će gnoj i sam probiti, treba liečnika pozvati, on će znati gdje i kada treba gnojnicu otvoriti i kazati će, kako će se onda dalje liečiti.

Evo još jedno sredstvo, kako ćemo predusresti, da se dojka ne ognoji. Čim žena osjeti, da joj u dojci nije sve u redu, neka ju odmah počme trti i mazati, dapače i gnječiti, sve u pravcu prema dojnoj bradavci. Ovim raztrivanjem i gnječenjem ne će se začepiti mliečne cievčice, te se ne će moći ni mlieko u dojci sabirati, ni gnojnicu praviti.

Ako počme žena trti i gnječiti dojku, a osjeća pri tom jake boli, neka odustane od tog, jer jaka bol znak je, da se već pravi gnoj.

U svakom slučaju bolesti dojke, nadalje kad se dojenje bud s kojega uzroka prekine ili iza poroda žena nikako ne doji, valja uzeti

liek, koji će na dvor siliti, a za to najbolje je ricinovo ulje i to 2—3 žlice na dan.

Očišćenje doprinieti će, da će bolest mnogo snosnija biti i brže proći.

Ona ruka, s koje je strane bolna dojka, neka je što više mirna i neka se s njome ništa ne radi. U njekojim slučajevima pripisat će liečnik i opojne liekove, da silnu bol ublaži.

ZAŽEG OČIJU EGIPATSKI.

Tako se zove bolest očne veznice, a zove se i Trachom. Ona se je najprije kao epidemija pojavila u Evropi, kad se je vojska Napoleona I. vraćala iz Egipta. S vojskom se je ta bolest iz Egipta dovukla, zato joj se i kaže »egipatska bolest«. O ovoj očnoj bolesti piše poviest ovako: Bolest je bila buknula u Egiptu u francezkoj vojsci; pojavila se 1801. u Malti i Genovi, god. 1802. u Gibraltaru i u istoj Englezkoj i to u posadi Kilmingham. God. 1803. pojavila se na Labi, 1806. u Siciliji, 1808. u Vicenci, Padovi, Parmi, Reggio, Veroni i Mantovi. Kad god je vojska krenula, ta je bolest za njom pošla. God. 1808. došao je jedan odjel vojske sa Labe u Španjolsku, a drugi dio uputio se u Toskanu, a s njome je i zaraza očne boli u ta mjesta došla. God. 1807. oboljeli su Napoleonovi generali, god. 1813. opazili su tu bolest u pruskoj vojsci i to u Yorkovom djelu; ovu su bolest donieli u Njemačku francezki vojnici, koji su bježali iz Rusije. Iste godine razširila se ta bolest u gradu Mainzu i na dolnjem kraju rieke Rajne. God. 1814. bila je u Holandiji i Švedskoj, 1815. trpili su od nje sa Flandrima se bijući Bavarci, Prusi i Englezi. God. 1818. harala je u posadi u Mainzu; 1817. i 1818. razširila se medju Rusima, koji su bili u Francezkoj, a ovi su ju opet razvukli po Poljskoj i Rusiji. God. 1818., 1819. i 1820. nastale su od ove bolesti epidemije u Poljskoj, 1823. u Kronstadtu, 1832. u Petrogradu, a 1834. strašno je bjesnila u Belgiji. Od rečenih mjesta, gdje je bila garnizona posada, širila se i na njihovu okolicu, tako da se je oko 50. godine sva Evropa od ove bolesti zarazila. Gorje se je širila po ravnicama, pokraj rieka, morskih obala i močvarnih predjela. Malo po malo prestala se kao epidemija pojavljati, ali se ipak nije još ni do danas sasvim izgubila.

Kako je strašno ova bolest harala, kolike je žrtve progutala, vidi se najbolje odtuda, što je u Englezkoj i to u samom Kilminghamu god. 1810. 2037 ljudi od nje oboljelo. U Belgiji godine 1834. sasvim je osliepilo 4000 ljudi; 10.000 ostali su od nje sasvim slaba vida.

I kod nas, osobito u Slavoniji, mnogo svieta strada od ove bolesti.

Kažemo, da je bolestan samo onaj, komu njeka čest tiela boluje tako, da se ova bol na cielo tielo odnosi, te svi ustroji uslied toga stradaju.

U našem organizmu je njeka sila, koja može male nepravilnosti neurednosti, koje se kadkad u nježnim ustrojima pojedinih česti pojave, sama popraviti i izjednačiti. Tako narav sama lieči štokakve povrede, a da ih mi upravo ni osjetili nismo, te kako su došli, tako su prošli, a da se nismo morali razboliti.

Naše tielo je prečudno složeno; da nema u njem sile, koja brzo zna izravnati štokakve neurednosti, morala bi bolest biti pravilnim i redovitim pojavom, a samo iznimno bi zdravi bili.

Iz rečenog jasno je, da o podpunom zdravlju ni govora biti ne može. Oznaka rieči »zdravlje« veoma je obširna.

Iznaći puteve, koje organizam odabire, da nastavše nepravilnosti i povriede opet popravi i izjednači, da se dakle sazna, kako se ove nepogode, od kojih bi se bolest razviti imala, opet svedu na stazu zdravlja, u tom se sastoji vještina liečničkoga znanja.

Zdravlje je veliko, da neprocienivo blago. Tko ga nema, težko njemu i okolici njegovoj.

Čovjek komu zdravlje nije u redu, nerazpoložen je, nema ni volje, ni snage za rad, njemu je život samo teret. Kuća i obćina s bolestnim čovjekom gubi radnu silu, pa još uz to mora i mnoge novce za liečenje izdati. Pa ako je k tomu bolest još i prilieрčiva ili zarazna, onda je zlo još gore, jer prieti opasnost, da će i drugi svoje zdravlje izgubiti.

Liečenje bolesti više košta, nego što čovjek sebi predstavlja. Ne samo da liečenje košta, več treba tu uračunati i onaj novac, koji se gubi za sve ono vrieme, što bolestnik ne zaradjuje. Treba dakle da nam je prva briga, da zdravlje uzdržimo i valjano njegujemo. Zadaća ovog njegovanja prije svega je, da tielo svoje čuvamo od bolesti i tjelesnih nedostataka, da ih ograničimo i da ih uklonimo. Tim ćemo dugo održati radnu silu i produžiti život. Gdje se zdravlje njeguje, tu je manje bolovanja.

Zdravlje odlučuje i u duševnom i moralnom napredku kako pojedinca, tako i cieloga naroda. Stara i istinita je ona rieč »u zdravu tielu i duša je zdrava«. Tko je bolestan, tielo mu se razviti ne može, a tako je i s dušom; ona se ne može u takovom tielu pravilno razvijati.

Da zdravlje krepko uzdržimo, te ga od povrede očuvamo, treba da pazimo na pravila zdravoslovja.

ZDRAVOSLOVJE.

Kad bi svi ljudi jednako razviti na sviet došli, kad bi uz to svi prosti bili od urodjenog im naginjanja prema kojoj bolesti, kad bi se svi jednakim načinom radjali i kad bi u dalnjem toku života vanjske

okolnosti uviek jednake bile, tad bi opet samo za sve ljude istoga spola jednaka pravila zdravoslovja postaviti mogli.

Pošto ovakova preduslovja niti su kada obstojala, niti će ikada obstojati, zato se ne mogu postaviti obća pravila zdravoslovja, koja bi za svakoga pojedinog čovjeka valjala, kao što i za sve zajedno; isto tako, kao što se ni zahtiev socijalista, da se zemaljska dobra jednako podiele, izpuniti ne može.

Pojedinac uviek bi nješto od ovih obćenitih prava odkrnjio. Obćenita pravila zdravoslovja daju se u dva razdiela svesti:

1. da se umno ravna obnova sokova i
2. da se očuvamo od vanjske povrede.

Obnova sokova sastoji se u primanju tvari od vanjskoga svieta, koje tielo za svoju hranu upotrebljuje i od izlučivanja tvari, koje bi tielu mogle škoditi ili bi baš i škodile, kad bi se preko opredieljenog vremena u tielu zadržavale. Mora dakle da obstoji neprestana izmiena i zamiena potrebnih i nepotrebnih tvari.

Tielo prima u sebe hranu i zrak, a izlučuje iz sebe nepotrebne tvari, koje se u crievu i mokraćnom mjehuru nakupe; takove tvari, koje već nisu za uzdržavanje tiela, izlučuju se još i znojenjem i drugim kožnim izparivanjem te izdihavanjem zraka.

Tri glavna načina, kojima se obnova ili izmjena sokova obavlja, jesu: probava, disanje i obticanje krvi. Spoj izmedju probave i disanja je kolanje krvi; ono je kao karika u lancu, kojega se jedno i drugo drže.

Pravila zdravoslovja, da se valjano disanje, probava i kolanje krvi uzdrži, jesu ova:

Brižan izbor u jelu i pilu; skrb, da nam je stan dobar, da je zrak uviek čist i da ga se dosta naužiavamo, da se živahno krećemo, da nam po tom kolanje krvi pravilno bude te prikladno poslovanje, koje čini, da je tielo kriepko i duh bistar.

Uz skrb za valjanu obnovu sokova, pravila zdravoslovja uče, kako se treba od nepogoda čuvati. Ima raznih nepogoda, koje zanimanje ili zanat pojedinca sobom donosi; o ovima je bio govor kod dotične bolesti; ovdje nam pravila samo kažu, kako da se od nepogode vremena obranimo.

Sama narav dala nam je jaku obranu proti toj nepogodi, a ta obrana krije u ustroju naše vlastite kože.

Ustroj kože tako je udešen, da lahko podnieti može sve izmjene i promjene vremena onoga podneblja, u kojem čovjek od djetinjstva živi.

Nužda čovjeka često puta natjera, da ne ostane uviek u tom mjestu, gdje se je rodio, njemu se je kadkad preseliti u sasvim drugo podneblje. Tu će se obraniti od nepogode vremena haljinama. Ako koja životinja mienja zemlju, u kojoj je do sada živila, te ima od sada

sasvim drugu hranu, zrak i vodu, onda to sasvim drugi upliv na nju ima; vidimo, da joj se prema tomu i pokrivalo kože promienilo. Kod čovjeka narav ne zna za takovo brzo aklimatiziranje, čovjek se mora sam za svoju kožu brinuti; mora se zaodjeti prikladnim odielom. Njime će znati dočekati i obraniti se proti nepogodi vremena, koja ga sreta u novo odabranoj domovini.

Valjan izbor odiela broji se takodjer u pravila zdravoslovja. Odielo ne smije tielo poticati na izparivanje, niti ga smije u izparivanju smetati ili priečiti; neka bude tako, da u njem ne osjećamo studen vanjskoga zraka i da nam toplinu njegovu još više ne poveća. Prema tomu treba da udesimo svoje odielo za svaku dobu godine.

Uz ovu vještačku ili umjetnu obranu proti nepogodama vremena ima još i naravska obrana, koja je kud i kamo od veće ciene. Ovu prisvojit ćemo si, ako se vratimo prvobitnom, prirodnom stanju, ako naše tielo s prirodom i prirodnim promjenama vremena tako sprijateljimo, da nam raznovrstne promjene nisu u stanju naškoditi, a to ćemo postići otvrdnućem tiela (vidi ovo).

ZMIJA, KAD KOGA UJEDE.

Kod nas ima samo jedna vrst otrovnih zmija, a to je ridjovka, ljutica (Viper, vipera berus). Odmah, čim čovjeka ujede, rana ga ljuto zaboli, a ta bol proteže se sve do srca. Ujedno otekne tielo ondje, gdje je ujela, te se ta oteklina kadkad na daleko razširi. Uslied ove može nastati užgalina mezgovnih žila; koža nad oteklinom pomodri, ni najmanje nije osjetljiva, dapače može i sasvim obumrieti (ognjiliti).



Sl. 136. — Ljutica ridjovka.

Osim toga pojavi se strah, vrtoglavica (omaglica), glavobolja, drhtanje, grčevi i nesviestica. Ako se pojavi bljuvanje i lijavica, tad se malo po malo rečene neprilike izgube, te te ako se nije od zmijskog ujeda krv otrovala, čovjek podpuno ozdravi.

Kad koga zmija ujede, pomoći ćeš mu ovako: ako je ujela za nogu ili ruku, stegni čvrsto ozledjeno udo nad ranom i što bolje možeš izperi ranu. Osim izmivanja valja ju izgoriti koncentriranom octenom kiselinom ili jedkim ceceljem (Aetzkali).

Čim koga zmija ujede, treba odmah liečnika pozvati; on će ranu izrezati; to je najbolje i najsigurnije, da se kakvo dalnje zlo ne razvija. Daj nesretniku, da pije vina ili ruma, u obće nastoj, da mu iznemogle sile opet životu povratiš.

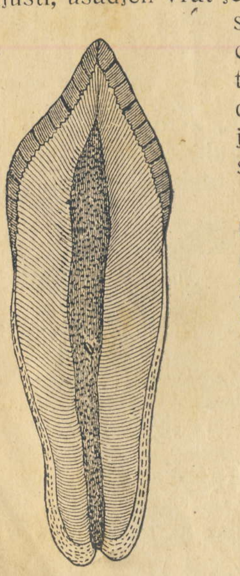
Ako se je kakva užgalina razvila, tad se mora liečiti po onome, kako se užgalina lieči.

ZUBI.

Zubi su čovjeku za to, da mu hranu samelju, da ju želudac lakše probavi; oni su važno, izhrani služeće orudje, oni sudjeluju i pri izgovaranju njekojih glasova. Tko nema prednje zube, težko **s** i **j** izgovara, o tom ćeš se najbolje osvjedočiti, tko ima umjetne zube; čim ih iz ustiju izvadi, ne može ova dva suglasnika pravo da izgovara. Zubi su usadjeni u zubištu u gornjoj i dolnjoj čeljusti u dva jedno nad drugim stojeća reda, koji se gibanjem sgloba u čeljusti jedno drugomu približe ili se udalje.

Komu su zubi podpuno izrasli, ima 32 zuba, 16 u svakoj čeljusti. Po njihovom obliku, po poslu, koji obavljaju i mjestu, na kom su usadjeni, diele se na sjekutiće, očnjake, kutnjake i podočnjake.

Na svakom zubu razlikuju se tri česti, korjen, koji je u čeljusti, usadjen vrat je zubnim mesom (zuberinom) zaokružen i prosto stojeća kruna. U nutri je zub prekrit pokostnicom, koja se drži zuba i zuberine u čeljusti, te tako čini, da zub čvrsto stoji. Pokostnicom se drži korjen u čeljusti, a ova utvrda još je jača, jer ju kriepi i zuberina. Kad se zub vadi, onda se silom od pokostnice odkida.



Sl. 137. Prosjek zuba (sjekutića) sa zubištem, obkoljen zubovinom (dentinom), koja je dolje prekrita kličnom korinom, a gore zubnom caklinom (Email).

Sjekutići i očnjaci imaju samo po jedan korjen (klicu) i krunu, kutnjaci i podočnjaci imaju na dvoje, na troje razkoljene klice (panoge), pa im je prema tomu i kruna. Sjekutići imaju na kruni oštre rubove; kutnjaci ili podočnjaci imaju širu grbavu površinu, oni sieku i mrve hranu.

Zub se sastoji od zubovine, a ove drži se zubna caklina; to je veoma tvrdo tielo, po kojoj se drži zubna, veoma tanka caklena kožica, koja je na zubu za to, da mu ne naškode štokakve kemičke tvari.

Svaki zub ima u svojoj nutarnjosti duplje zubnoga zarodka, Pulpahöhle, koja je izpunjena zubnom klicom. K ovoj dopiru živci i žile kroz fini kanal, koji je na vršku svake zubne klice, te u šupljinu zuba vodi.

Fini okrajci živaca, koji dopiru do zubne klice, jesu okrajci živca trojnika (Trigeminus), a sama zubna klica je bradavici slična tvorina, puna živaca i žilica. Nije čudo, kad zubi bole, da se bol ne proteže samo na zube, nego ju osjeća cielo

lice, sve do čela i uha, dapače zna se protegnuti po svoj glavi, jer sve ove česti obskrbljuju živac trojnik.

Prvi zametak za tvorbu budućih zuba, pravi se već u trećem mjesecu razvitku ploda u materinjoj utrobi. U čeljustnoj kosti pojavi se majušna od jedne torbice zaokružena zubna bradavica, od koje se tvori dentin; od bradavicu zaokružujuće torbice biva zubni cement. Od ovog prvog zametka razviju se zubi mliečnjaci t. j. prvi zubi, koji u 6.—7. godini djetetu padaju. Svaka zubna bradavica ima pokraj sebe još i drugu torbicu, iz koje se poslie tvore isto tako stalni, t. j. drugi zubi, koji ne će poslie 6—7 godina izpadati, kao mliečnjaci. Stalni zubi razvijeni su već prije, nego što mliečnjaci izpadaju, te stoje u djetinjoj čeljusti povrh istih.

ZUBI, KAKO SE ČUVAJU.

Narav je zube ustrojila od najjače tvari, kako će najbolje svrsi svojoj odgovarati, osim toga presvukla ih caklinom, da ih čuva od škodljivih kemičkih uticaja; no čovjek je nadmudrio narav ili bolje rekuć, prevario sebe, jer u svoj organizam prima što šta, čemu ne mogu odoljeti ni najčvršći zubi, nego se kvare i propadaju. Tekućine, koje čovjek pije, njihova različita toplina, njihova mnogovrstna kemička svojstva ne mogu ostati bez upliva na zube, jer kad ih čovjek pije, s njima se zubi splakaju. K tomu djeluje i hrana, koja u zubima i medju njima duže u sitnim česticama zaostaje i u raztvaranje i gnjijenje prelazi. Sve skupa dovoljno je, da se pokrivalo zubi, caklina, kojom je svaki zub za obranu prekrit, malo po malo kvari, odpada i zubnu šupljinu, koja je prepuna osjetljivih živaca, sa vanjskim zrakom i drugim tvarima u doticaj dovodi. Tako probitom zubu kaže se, da je šupalj (kariozan).

U veoma osjetljivu nutarnjost zuba neposredno ulazi zrak, što ga udišemo i to je uzrok vrlo nesnosnoj muci, što se zubobolja naziva. Ima li tko zubobolju, tad će mu se mnogo puta i zubna pokostnica razboljeti, dobit će i užgalinu iste, zuberina i opna sluznica lica se užgu, lice oteče, pojavi se ognojavanje zuba, sve ovo će tek onda trajno proći, kad se ukloni izvor muke, naime šuplji zub. Svemu ovomu izbjeći možeš valjanom skrbi za zube. Ovaj od svih najsigurniji liek tako je jeftin, da se i bogataš i siromak i onaj, koji je pohlepan za poslom, kao i bezposlica bez novaca s njim poslužiti može.

Dva su glavna uslova valjane skrbi za zube, i to su: čuvaj zube od nagle promjene topline i čistoća. Hrana, koju jedemo i piće, koje pijemo, ne smije nikada imati više od 40—50° R. topline t. j. ne smijemo ih vrelo jesti ili piti. Isto tako ne smijemo, kad što topla jedemo, da odmah zatim što vrlo studena jedemo.

Poslie jela treba usta odmah frižkom vodom izprati, a u jutro i

s večera očistiti zube mekanom keficom, koju ćeš namočiti u frižku vodu ili u razriedjenu žestu.

Iz ovih neznatnih pravila sastoji se toli blagotvorna i blagoslovna njega zubi; ako paziš i ako se držiš tih pravila, bez zubnog praška i zubne vodice imati ćeš zdrave i valjane zube.

Ni male zubne bolesti ne treba zanemariti, zato najbolje čini, komu sredstva dopuštaju, da kadkad daje zube svoje od vješta liečnika pregledati.

Zdravi zubi ne samo da su liepi, već su i uslov dobre probave; u hrdjavim i u nepodpuno njegovanim zubima zaustavljaju se komadići jestvina, ovi se raztvaraju, razvijaju neugodnu duhu, koja je okolici dosadna, a onomu, iz koga se izvija, škodi, jer se sam kvari, udišuć istu. U takovim slučajevima treba na mjesto čiste vode, da se vodice za izpiranje usta upotrebljuju (vidi zaudara iz ustiju).

ZUBI KUTNJACI.

Zubi kutnjaci (stražnji zubi, mrvilci, Mahlzähne) zovu se tri najskrajnija, sa svake strane gornje i dolnje čeljusti nalazeća se zuba. Njihova je kruna kvrgasta, t. j. ima 4—5 izrastlina kao kvrge, a korjen dieli im se na panoge. Jer i dolnji i gornji kutnjaci imaju široku površinu, to jestvine, koje medju nje dospiju, mrve kao kamen žito u mlinu; odtud ih nieki i mrvilci zovu. Najzadnji zub kutnjak najposlie izraste, zato mu i kažu pozni ili zub mudrosti (Weisheitszahn). Ovi zubi najkašnje probiju te se i najteže izvlače, jer imaju razkoljen, mnogo puta neravan korjen, koji ima dvie tri panoge. Kutnjaka mrvilaca ima svega 12.



Sl. 139. — Zubi kutnjaci. — 5. kutnjak sa strane s jednim korjenom. — 6. kutnjak sa 3 korjena. — 7. zubna žvakalina kutnjaka.

ZUBI LIČNJACI ILI OČNJACI.

Ako bi tko nevješto vadio ili čupao zub ličnjak, to bi se sigurno prednja stienka čeljusti slomila. Ozleda i upala mogla bi se čak do očne šupljine protegnuti, odtuda zubima ličnjacima ime očnjaci.

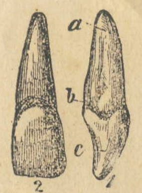
Bez nužde ne daj zub vaditi i onda povjeri se samo vještaku.

ZUBI PODOČNJACI.

Ovi zubi obično treći su na redu, koji kod djece niknu. Najprije niknu sjekutići, onda kutnjaci i najposlie podočnjaci. Oni niknu tek u drugoj polovici druge, a kadkad čak u prvoj polovici treće godine djetinjeg života. Istim redom, kako su nikli, mliečnjaci poizpadaju, i to izmedju 6. i 12. godine. Zubi podočnjaci, koji ne će više izpadati, niknu tek 11.—13. godine.

ZUBI SJEKUTIĆI.

Ovi zubi jesu u sredini čeljusti smješteni i to ih ima u gornjoj čeljusti četiri, a u dolnjoj isto toliko. Kada zubi djetetu probijaju, ponajprije dva dolnja probiju, a onda dva gornja. U narodu je sujevjerje, kad djetetu najprije gornji zubi niknu, da ne će dugo živiti.



Sl. 140. — Dva gornja zuba sjekutića. — 1. sa strane; 2. sprieda; a) korjen; b) grljak; c) glavica zuba.

ZUBNI PROLJEV.

Kad mala djeca zube dobivaju, obično imaju proljev. Da diete ima proljev od zubića, poznati ćeš po tom: diete grizka svoje prstiće i sve, što mu do usta dodje, slina mu iz ustiju curi; proljev odmah prestane, čim zubić probije, diete pri tom ima dobar apetit i ništa ne oslabi. Proljev ovakav nije škodljiv, jer se time odvodi iz glave krv, te djeca ne dobiju zahlipce i druge bolesti, koje potiču od razdraživosti mozga.

Ako proljev duže od 1—2 dana traje, te je blato zeleno, pomiešano sa bielim pjegama, uz to jako smrdi, a diete omršavi i nema volju na jelo, onda taj proljev ne dolazi od toga, što diete zube dobiva, već mu je probava pokvarena. Čim opaziš, da diete takav proljev ima, odmah pozovi liečnika; — mnoga djeca, koja se nisu od takvog proljeva liečila, nisu se mogla više spasiti.

ZUBOBOLJA.

Svaki zub u svojoj nutarnjosti krije tvorinu punu živaca, koja se smatra kao okrajnina petoga moždjanog živca. Ovi živčani ogranci, koji se po pojedinim zubima razgranjuju, jesu osjetni živci. Svaka razdraživost, koja se njih kosne, prouzrokuje bol. Ova razdraživost ne mora da se tiče izravno zubnoga živca, da zub zaboli, već ako na kojem posebnom mjestu živčanog sustava nastane razdraživost, tad će zaboljeti ne samo na tom mjestu, gdje je početak te razdraživosti, nego će se bol širiti svuda, gdjegod onaj živac ogranke ima, dapače bol će se razširiti i po susjednim živcima, s kojima je u savezu. Ovako može od boli, koja izravno od zuba dolazi, da boli i čelo i uho i ciela glava; isto tako mogu razdraživosti, koje su na drugom mjestu nastale, da pobude zubobolju. Amo spadaju svi tako zvani reumatični

boli, pri kojima uzprkos užasnoj boli, ni najvieštiji zubar na zubima ne može kakovu falingu naći.

Najčudnovatija zubobolja, koja tako rekuć stranputicom dolazi, jest, kad zub trudnu ženu zaboli, a ona izvanredno zdrave zube ima. Ovakova zubobolja vele, da nastaje od požude za nječim i od izvanredno velike osjetljivosti njuha, koji se tako često kod žena u tom stanju nalazi. Razumije se, da će od ovakove indirekne razdraživosti tim prije i sigurnije onaj zub zaboljeti, kojemu su živci od kakove bolesti sami po sebi razdraženi.

Zubna klica, ta živčana tvorina zuba, na osobiti je način sačuvana od vanjske povrede koštanim oklopom, te dok je taj koštani oklop zubne klice cio, zdrav i nepovriedjen, ne može se direktna zubobolja pojaviti; ako je pak načet ili sasvim propao, tad je živčana tvorina odkrita, kao što na nijednom drugom mjestu. Radi toga zaboli tako lahko i nemilo šuplji zub.

Trajno ćeš izbjeći takovoj zubobolji umjetnom obranom, ako zubni živac čuvaš, da ne dodje u doticaj sa vanjskim zrakom i sa krutim ili tekućim česticama našega jela i pila. Od tih povreda možemo zub na dva načina obraniti: ili da se zatrpa put k zubnoj nutrini — izpunjenje ili plombiranje zuba — ili da ga dadeš izvaditi. Najbolje ćeš se od zubobolje obraniti, ako sasvim bolestni zub izvadiš, jer se poviše onoga mjesta, gdje je zub bio, meso sraste, te je zubni živac jedan put za uviek od povriede sačuvan.

Gubitkom zuba izgubljeno je i jedno orudje za žvakanje, osim toga je zub, koji je u protivnoj čeljusti naprama izgubljenom usadjen, izgubio druga i pomoćnika kod žvakanja, te je sada bezposlen, a ta bezposlica malo po malo razruši i njega te ni taj zub nije više dugotrajan. Zato je dobro, da se prazno mjesto izpuni umjetnim zubom. Ovako se popravi mana u obliku i protivni zub ima opet druga za žvakanje, ali ovakav zub ne može nikada podpuno nadomjestiti naravski zub; pa umjetni zub nije bez upliva ni na meso oko zubi, ni na stanje drugih zubi; njega treba uvijek smatrati stranim tielom, koje za organizam bez povriede ne može da bude.

Tim je vriednost umjetnih zubi dovoljno razložena. Ako nemaš ružan izgled, kad izgubiš naravske zube i ako imaš još dosta zubi, s kojima možeš dobro žvakati, bolje je, da se okaniš umjetnih zubi. Samo kad bi bez zubi drugima oduran bio ili kad bez njih ne bi mogao žvakati, treba da se služiš nekojim umjetnim zubima ili cielim zubalom. Skrb za meso oko zubi u tom slučaju treba da je osobito brižljiva. Čistoća zahtieva i zapovieda, da se zubalo svaku večer iz usta izvadi i očisti — preko noći treba da je u vodi — osim toga i opreznost zahtieva, da se zubi preko noći iz ustiju izvade, jer je bilo slučajeva, da su takove zubi u snu progutali, a njekojima su dospjeli u grkljan, te je bila pogibelj, da se uduše.

Vadenje šupljih zubi, ako to vieštačka ruka čini, bez svake je opasnosti. Bol, ma bila još tako silna, kad se zub vadi, još uviek je manja, nego kad zub boli; osim toga kad zub vadiš, boli samo njekoliko minuta.

Akoprem je najpreči liek, kad šuplji zub imaš, da ga izvadiš, ipak nemoj se prenagliti; odvaži se tomu tek onda, kad ti se ne bi zub uzdržao, kad bi i bol minula ili ako je zubna pokostnica ili sama čeljust postradala, te ozdravljanje ovih tvorina zahtieva, da se zub vadi. Ovo će ti najbolje znati kazati zubar. Gdje se takove neprilike ne nadju, trajno ćeš zubobolju uništiti, kad izpuniš šuplje zube, kad se plombiraju. Za plombiranje najbolje je zlato.

Osim ova dva najpreča lieka ima još bezbroj hvaljenih liekova, koji gotovo svi pomažu, ali samo na kratko vrieme.

Bol utiša u pravom smislu samo narkotični liek, a ovaj moraš izravno u zubnu šupljinu utisnuti, ako hoćeš da ti pomogne. Kruglicu od pamuka umoči u driemkovu tinkturu, u otopinu morfiuma ili u chloroform, utisni u šuplji zub, te ga drugim komadićem vate ondje čvrsto drži.

Osim ovih, na bolestnu zubnu klicu direktno djelujućih liekova, može se indirektnim putem bol utišati i to utiranjem mesa oko zubi sa kloroformom, kolonjskom vodicom, vinovom žganicom (Franzbranntwein); nadalje kod se nagneš nad vruću vodenu paru, da ti topla para u šuplji zub unidje, isto tako i dim od duhana itd.

Zubobolja, koja ne dolazi od bolestnoga zuba, uminut će, kad se izliečiš od one muke, od koje je zubobolja došla.

U novije vrieme preporučuju proti zubobolji sliedeći liek:

Uzmi 1—2 mrvice chloralhydrata, tako velike kao glava od gumbašnice, umotaj ga u pamuk, koji je prost od ulja, cielu kruglicu utisni u bolestni zub. Drži kruglicu u bolestnom zubu sve dotle, dok se chloralhydrat sasvim ne raztopi.



Sl. 141. — Žalfija.

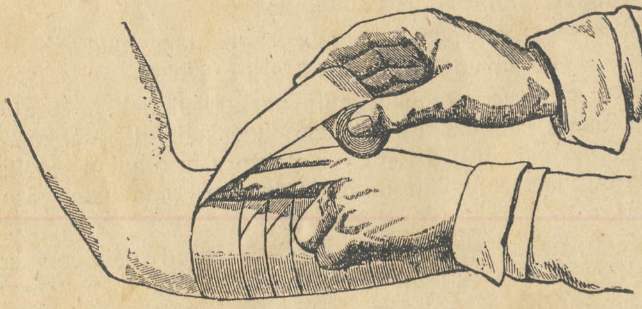
ŽALFIJA.

U listu žalfije (slavulje, kadulje, kuša, Salbei, salvia) ima mnogo trieslovine, odtud joj stežuće svojstvo. Obarak od žalfije daje se, kad tko ima mnogo odlučina (Secretion), kao kad se tko jako znoji; kad ženi mnogo mlieka

pritiče ili kad ženskinja ima mnogo mjesečnine. Za obarak uzme se 8—10 grama žalfijinog lišća na ½ litre vode. S tim obarkom narod usta izpira kad ga desni bole i kad je meso oko zubi otečeno.

ŽILE GUKAVE.

Gukave žile mogu se pojaviti po nogama, po listovima, po bedrima a i po vanjskom spolovilu. Ove su žile nabrekle, mekane, kadkad i čvorave, tvrde, kao konopčići, te će više puta svrbiti i boljeti.



Sl. 142. — Kako se podlaktica povojem zavija zasukanjem.

Žile bivaju gukave, kad im nješto smeta da krv ne može pravilno odticati; ovo se dogodi, kad žilu štogod pritisne ili kad stienke žile popuste, pa se ne mogu stezati. Kod prvoga slučaja nakupi se u blizini žile njekakova tekućina ili se razvija oteklina (kao kod trudne materice) te onda žilu pritisne. Kad se žila tako pritisne, krv se ne može pravilno povraćati, ona se u njoj nakupi, prepuni i tako ju razširi izpod onoga mjesta, gdje ju je što natislo.

Stienke žile popustit će, te se ne će moći stezati, ako težina vlastite krvi neprestano žilu natiskuje, kao što to biva kod ljudi, koji po svom poslu mnogo stoje. Stezljivost žila gubi se i naravnim načinom, a to biva u starosti.

Kad se gukava žila pojavi za to, što ju je nješto pritisnulo, pomoći ćemo, ako uklonimo od nje pritisak ili ako se krv izciedi.

Ako se guke upale ili otvrdnu, ako su tople, a zadaju boli, treba ih hladnim oblozima oblagati.

Kad koja trudna žena ima gukave žile, ne smije dugo hodati, stajati ili posao obavljati, gdje treba mnogo napora; ona mora i danju češće poležkivati, a natekle česti hladnom vodom popirati. Žestoka pića neka ne pije i neka pazi da ide svaki dan od sebe.

Da se gukave žile odviše ne napinju, pak da se ne prokinu treba da trudna žena svu nogu povija mekanim povojem.

Kad se materica izprazni t. j. čim se diete rodi, gukave će žile splasnuti, a krv će početi po njima pravilno priticati i odticati.

Ako su gukave žile nastale stoga, što je stezljivost žila popustila, treba dotičnu čest tiela, koja ima gukavih žila visoko položiti, kad ležiš. Ne treba ju natruditi naprezanjem ili hodanjem; treba nogu valjano stezati povojem.

Noga se ovako povija:

Uzmi 4 metra dugačak i 5—8 centimetara širok povoj od mekanoga calicota ili od finoga flanela te povijaj nogu od velikog palca počamši sve do povrh koljena. Prvi red povije se sasvim jednostavno počam od desne strane prema lievoj. Kod drugoga reda odmakne se povoj jedan prst daleko od kraja i tako onda svaki put. Kad povoj dodje do onoga mjesta, gdje noga deblja biva, treba ga zasukati i to zato, da čvršće stoji i da ne ostane šupljina pod njim. Povoj se ovako zasuče: dva prsta lieve ruke pritisnu povoj čvrsto ondje, gdje je noga na posliednjem mjestu povita; sad se povoj malko odvije, okrene se oko svoje osi, t. j. zasuče se tako, da dolnja strana povoja gore dodje, te se onda dalje povija. Povoj zasuče se u istom pravcu, u kojem se je u prvom redu zasukao i to sve do koljena. Sad se noga još njekoliko puta jednostavno ovije povojem, te ćeš ga pričvrstiti iglom s kvakom (Sicherheitsnadel). Taj povoj ni danju, ni noću ne trebaš skidati, samo se noga iz nova povija, kad zavoj popusti.



Sl. 143. — Vještački pravilno povita noga.

ŽILE NABREKLE.

Mnoge žene kad su trudne, opažaju, da im se žile po bedrima i dolnjem gnjatu jako modre, malo po malo i nabreknu (Krampfadern, Kinderfüsse), a to dolazi odtuda, što se krvlju jako naliju. Težka materica natiskuje žile maloga trbuha te time obticanje krvi ondje se nalazećih žila znatno otežća. Krv, koja se je u žile nalila, ne može opet gore prema srcu odticati uslied onog natiska, pa zato bivaju one žile debele od mnogo krvi.

Čim se žena rieši ploda, materica gubi od svoje težine i ne natiskuje žile; tada mahom i te žile splasnu, jer im odticanje prama srcu ništa više ne smeta. Kojoj ženi za vrieme trudnoće noge nabreknu, neka u krevetu pod noge štogod podloži, da joj povisoko

leže; neka se povije povojem od nožnih prsta pa sve do koljena ili neka nose elastične čarape (vidi gukave žile).

ŽUTICA.

Žuta boja kože, koju opažamo, kad nije sve u redu u organima, koji žuč pripravljaju ili u kojima se ova nalazi, dala je ime toj bolesti žutica ili žutenica.

Žutica dakle nije sama po sebi bolest, već je posliedica bolesti u drugim ustrojima.

Riečju »žutica« nije označena nikakova bolest, kao što nije ni sa riečju »vodena bolest«; stanje vodene bolesti samo je posliedica bolesti, koja sielo ima u bubrezima, srcu itd. Ove bolesti čine, da se krv izmieni i promieni i da je njeno kolanje poremećeno. Isto tako je krv i kod žutenice uzrok žutoj boji kože. Kada krv ne može pravo odticati, već se nakupi u žučnom mjehuru i u cievčici, kroz koju se žuč ciedi — onda prelaze čestice žuči u krv, u mezgovne žile te tako sa krvlju kolaju po svem tielu. Krv dakako od žuči svoju boju promieni, pa od te promjene i koža izgubi svoju naravsku crvenu boju, te biva žuta, jer kakove je boje krv, takove će boje i koža biti. U tom slučaju čestice žuči dolaze u krv i to kako je već kazano, radi toga, jer žuč iz žučnoga mjehura pravo odticati ne može.

Nu ima i slučajeva, da krv ne dobije svoju žutu boju odtuda, što su se čestice žuči s njome smiešale. Žučni mjehur i žučni putevi sasvim su normalni; krv sama po sebi se izmieni; krvna boja, koja čini, da je krv crvena, pretvara se u žutu boju.

Prvu vrst žutenice mogao bi čovjek nazvati »žutenicom jetara«, a drugu vrst »žutenicu krvi«.

Da govorimo o **žutenici** koja dolazi od **jetara**. Njoj je povod, što žuč ne može pravilno odticati. Sve bolesti, koje čine da se žuč iz žučnoga mjehura cieditii ne može, biti će uzrok žutici. Otok u jetrima ili otekline na organima, oko jetara ležećim, koje žučne puteve natiskuju; onda katar rečenih puteva, uslied čega opna sluzavka u tim cievčicama nabrekne, te kanal, kroz koji žuč prolaziti mora, biva vrlo tiesan, onda žučni kamenčići, koji žučni kanal sasvim začepe; katar želudca i dvanaestnika (Gastroduodenalcatarrh) i na žučne puteve, te čini, da se žučni kanali suze ili začepe i da se žuč u žučnoj žliezdi nakupi.

Dva su obilježja, po kojima žuticu odmah poznati možeš; oba se na boju žutice odnose, a to su žuta boja kože i bezbojne bielo-siv-kaste izmetine.

Žuta boja kože nastaje, da još jednom spomenemo, od tuda, što je krv izvanredno mnogo žučnih čestica u se primila, a blato izgubi svoju običnu žutu ili smedju boju, jer žuč, koja inače izmetine boja-

diše, sada je prešla u krv, te dolazi ili sasvim malo ili nimalo u crievo, a kroz ovo u nečist.

Tko žuticu ima, koža mu je žućkasta, a može mu sve više i više požutiti, dapače može da je sasvim zeleno-žuta.

Kod osoba, koje obično tamno-smedju kožu imaju, možemo ovu bolest lahko opaziti na očima; bielo u očima požuti, isto tako su usne s nutarnje strane i meso oko zubi žuti.

Mokraća žutičavih smedja je, te kad stoji na zraku, pozeleni. Ljudi, koji stradaju od žutice, brzo omršave, umorni, tromi i pospani su. Bilo im jako sporo tuče i mnogo im dosadjuje jaki svrab po tielu.

Želimo li, da žutica prodje, moramo prije svega ukloniti bolest, radi koje se je žutica pojavila. Čim se ukloni zaprieka, koja je bila kriva, da žuč nije mogla naravskim putem odticati, izgubit će se i žutica.

Zato vidimo, čim je prošao katar žučnoga kanala ili je prestala žučna kolika, da onda i žutice nestaje. Dočim žutica, kojoj su uzrok otekline, štono za liečenje nisu lahko pristupne, vrlo težko prodje. Za žuticu, koja se izliečiti može, valjaju kupelji: Krapinske toplice, Karlsbad, Marienbad, Kissingen itd.

Proti dosadnom svrabu kože vrlo su dobre obične tople kupelji. Žutica postepeno prolazi. Nema lieka, od koje bi se žuta boja kože brzo izgubiti mogla.

Žutica krvi jest bolest same krvi. Opažalo se, da se kadkad pojavi, kad se tko otruje etirom i chloroformom. Etir i chloroform u stanju su, da izmiene krvna tjelešca. Vidimo, da se kod drugih težkih bolesti, u kojima se jaka vrućina razvija, ovakova žutica pojavi. Kad koga zmija ujede, zna se pojaviti takova žutica.

Krvna žutica razlikuje se od žutice jetara time, što su neprilike, s koje se krvna žutica pojavi, mnogo silnije, onda što blato kod ove vrsti žutice nije kao kod žutice od žući bez boje, već i nadalje ostaje normalne bolje, dapače je kadkad još i tamnije.

I kod krvne žutice treba najprije saznati za uzrok, zašto se je ova bolest pojavila, pa je i izliečiti. Priznati moramo, da se često puta liečeći krvnu žuticu proti njoj bez uspjeha borimo.

ŽUTICA U NOVORODJENČETA.

Kada se pupkovina poslie poroda djetinjega podveže, prestaje kolanje krvi izmedju matere i djeteta, kojemu je bilo posrednik posteljica ili plodva, taj izvor hrane djetinje.

Na mjesto kolanja krvi od matere k djetetu nastaje sada pluć[no] kolanje krvi u djeteta, — diete diše.

Uslied toga obće obticanje ili veliko kolanje krvi u djetinjem jako se usili. što se na površini kože lahko opaziti može. Koža

tamno-crvena. Za malo počme žutiti, a ovu žutu boju kože zovemo djetinjom žuticom. Da ova ne dolazi ni od jetara, ni od krvne žutice, poznaje se po tom, jer u mokraći takove djece nema nikakovih če-stica žučnih sastojina. Ona se dakle samo na promjenu kože odnosi.

Uz ovu prividnu žuticu zna se i prava žutica pojaviti; ta je obično u savezu sa bolestnim pupkom, te je onda gotovo svaki put smrtonosna. Prva vrst žutice u novorodjenčeta nije nuždno da se lieči, ona obično sama od sebe prodje; drugoj vrsti, naime toj, što se pojavi uslied bolestnog pupka, lieka nema.

ŽVALE.

Kod njekoje su djece uglovi ustiju otečeni i puni sline; ovomu se kaže žvale. Brzo će proći, ako stipsom jedan, dva put preko žvali predješ.

Kada se u koje odrasle osobe takove žvale sa ognojavanjem iz-dadu, treba se liečniku povjeriti, jer takove žvale potiču od druge bolesti.

---

na
kast
Žu
je krv
svoju o